

Estudio Comparativo del tiro:

Baloukorf con dos manos-Baloncesto con una mano

Leontina García Pérez

DILIGENCIA para hacer constar que este trabajo de
investigación de mi carrera obtuvo
la aprobación del correspondiente tri-
bunal el día 13 de Julio de 1932



ESTUDIO COMPARATIVO DEL TIRO:

BALONKORF CON DOS MANOS; BALONCESTO CON UNA MANO.

Autor: Leontino García Pérez.

Director: Rafael Peyró Santana.

"Instituto Nacional de Educación Física"

Curso académico 81-82.

Vº Bº



ESTUDIO COMPARATIVO DEL TIRO

BALONKORF, CON DOS MANOS; BALONGESTO CON UNA MANO.

INDICE:

	<u>pag.</u>
Capítulo I. Introducción.....	6
Capítulo II. Planteamiento del trabajo.	8
a) Desarrollo del trabajo.....	8
b) Objetivos.....	10
Capítulo III. Grupo de trabajo.	
a) Relación de chicas que intervinieron.	12
b) Relación de chicos que intervinieron.	13
Capítulo IV. Test efectuados y distribución de los alumnos a tenor de los resultados.	14
a) Test efectuados, puntuaciones obte-- nidas.....	14
b) Distribución de los alumnos.....	42
Capítulo V. Técnica de ambos tiros y tácticas de Balonkorf.	
a) Técnica del Balonkorf.....	45
a-1. Sin balón.	45
a-1-1. Actitud base.....	45
a-1-2. Desplazamientos.....	47
a-1-3. Paradas.....	50
a-2. Con balón.	
a-2-1. Recepción del balón.....	52
a-2-2. El pase: con dos manos, con una mano, en circun- ferencia.....	52 54

...///...

...///...

pag

a-2-3. El tiro: media distancia y lejos, tiro de penalty, entradas.....	58
b) Técnica del tiro con una mano de Baloncesto.	
b-1. Características del lanzamien- to para un buen tiro.....	63
b-2. Tiro de personal.....	64
c) Táctica del Balonkorf.	
c-1. Situaciones y misiones que tie- nen que desarrollar los jugado- res en el campo.....	66
c-2. Fundamentos tácticos de los ju- gadores en ataque.....	68
c-3. Fundamentos tácticos de los ju- gadores en defensa.....	68
c-4. Ejemplos de jugadas en ataque..	70
Capítulo VI. Test de tiros, partidos de Balonkorf...	75
a) Test de tiros y resultados.....	75
b) Partidos de Balonkorf con uno y otro tiro.....	82
Capítulo VII. Conclusiones.....	85
Capítulo VIII. Bibliografía.....	90

INTRODUCCION

Hace cuatro años, por motivos profesionales, llegué a Estepona, villa malagueña de la Costa del Sol; (lugar dónde resido). En dicha zona conocí un deporte nuevo para mí, un deporte nuevo pero que tenía características parecidas a deportes conocidos y con el gran atractivo de ser un deporte mixto, y por esta causa lo podían jugar todos los alumnos de una clase, grupos de amigos, familiares, etc..

La práctica del Balonkorf en la Costa del Sol y especialmente en los municipios de Estepona, Fuengirola, Marbella, San Pedro de Alcántara... etc., es grande, y es lo que me decidió a trabajar en alguna faceta de ésta modalidad deportiva desconocida por mí, pero que en el tiempo que lleva, doce años, se está implantando en diversas zonas de España. Mi primera intención fué la de investigar, recopilar datos, desde la entrada de esta modalidad deportiva en España así como las primeras manifestaciones habidas y lo que es más importante en cuanto a Reglamento, Técnica, Tácticas...etc.

No, no fue tan fácil, como se puede pensar, siguiéndole los primeros pasos desde el primer encuentro que se jugó en España, concretamente en Marbella el 15 de Junio de 1969, entre los equipos de dicha ciudad y Estepona, hasta la fecha, en que se conoce y practica en diversas ciudades de Andalucía, Mallorca, Cataluña..etc.

El trabajo fué realizado con mucho esfuerzo, ya que las recopilaciones periódicas, sobre la evolución

...///...

...///...

de dicho deporte en España a lo largo de estos trece años eran ya grandes.

El trabajo no me pareció lo científicamente bueno para su presentación como estudio fin de carrera, por ello me dispuse a trabajar en alguna otra faceta de Balonkorf, en la cual se pudiera trabajar un aspecto más científico que el de la mera recopilación.

Busqué con afán algún tema interesante, siendo muchos los técnicos deportivos con los que hablé de mi inquietud, conocí a Rafael Peiró, y hablándole sobre este tema me manifestó que se podía realizar algún trabajo relacionado con el tiro, y así fué como empecé a trabajar en tiro el tiro de Balonkorf, pero comparándolo con el que se realiza en Baloncesto con una mano, para ver la efectividad de ambos en el deporte del Balonkorf.

Sobre ello se basa el trabajo, realizado con un grupo de chicos/as, a los cuales se les ha hecho unos test físicos, posteriormente se les ha concedido notas, se formaron dos grupos homogéneos con las notas obtenidas por los alumnos, para que a la hora de jugar los encuentros con las dos modalidades de tiro, los equipos fueran similares en cuanto a aptitudes físicas se refiere. Al mismo tiempo relacionar las notas obtenidas por los alumnos en los test, con los ensayos realizados con uno y otro tiro.

CAPITULO II

PLANTEAMIENTO DEL TRABAJO.-

- a) Desarrollo del trabajo.-
- b) Objetivos.-

En este capítulo se esbozarán los pasos que se van a seguir para la realización de este trabajo, así como los objetivos a conseguir. Este trabajo que a continuación se desarrollará es un estudio comparativo de dos modalidades de tiro, Balonkorf con dos manos y Baloncesto con una, pero quiero dejar constancia de que los resultados, así como los objetivos a conseguir, se basan solo en la experiencia que tendré con 34 alumnos de 1º de B.U.P. y que en ningún caso sea extensiva. Me limitaré al trabajo con estos alumnos y a los objetivos que me he propuesto, pero siempre en este grupo en concreto.

a) Desarrollo del Trabajo.-

Al pensar realizar un trabajo sobre tiros, además de partidos de Balonkorf, con las dos modalidades de tiro que voy a comparar, decidí que a cada uno de los participantes se les debía someter a unos test físicos, para conocer sus cualidades físicas. El grupo de trabajo fue mixto, compuesto por 20 chicas y 14 chicos, y a todos se les realizó los test, compuesto por: Abdominales, Potencia de Brazos, Test de Ruffier, Velocidad Agilidad, Puntería, Resistencia, Velocidad, Flexibilidad, Potencia de Lanzamiento, Potencia de Piernas, y Test de Harward. Estas pruebas que son muy usuales, para valorar las principales cualidades físicas, se escogieron de manera que estuvieran presentes todas las cualidades físi-

...///...

...///...

cas, y al mismo tiempo fueran de fácil realización y no con mucho material..Se han utilizado, test funcionales, de aptitud física y de habilidad deportiva.

Con los test realizados, se pretende conocer físicamente a todos los alumnos. Una vez realizados, se les otorgará una nota a cada test para después sacar la media y poder ordenarles de mayor a menor de acuerdo con ella.

Las notas de cada test, se harán por medio de frecuencia absoluta, relativa y acumulativa, sacando la mediana y a partir de ahí calificar los resultados de los test. Supongo que esta valoración no será todo lo fiel que uno desearía, pero da una idea muy cercana de la realidad.

Una vez realizados los test y calificados los alumnos, se dividirán homogéneamente en dos grupos "A" y "B", los cuales trabajarán juntos en los test de tiros, pero a la hora de los encuentros cada grupo formará su equipo.

Se realizarán 400 ensayos a canasta, de Balonkorf, por cada uno de los participantes. Todos los participantes en este trabajo, ensayarán las dos modalidades de tiro y también en dos distancias, 5 y 10m., las niñas solamente la distancia de 5m.

Casi todos los alumnos eran neófitos en los dos deportes y se dieron unas clases de iniciación al tiro de Balonkorf con dos manos y al tiro de Baloncesto con una mano en posición estática. Al mismo tiempo se les explicó la técnica y tácticas empleadas en Balonkorf, ya que posteriormente tendrían que jugar diez partidos entre ellos de este deporte. Los partidos se realizarán entre los dos grupos homogéneamente constituidos, y con la obligación de ejecutar una modalidad de tiro cada grupo.

...///...

...///...

b) Objetivos.-

El objetivo principal de este trabajo es el intentar conocer en este grupo concreto la efectividad de uno y otro tiro. Este objetivo, que es la efectividad, se mirará desde dos puntos diferente, uno que se refiere a tiros en posición estática y otro punto, en posición dinámica, o/sea disputando partidos. Al mismo tiempo se relacionará las notas de los alumnos con los aciertos obtenidos, así podemos conocer, en este grupo concreto, si la relación es directamente proporcional, y si van en consonancia las mejores notas con los mejores anotadores.

CAPITULO III

GRUPO DE TRABAJO.-

a) Relación de chicas que intervinieron en el trabajo.

b) Relación de Chicos que intervinieron en el trabajo.

Para la experiencia a desarrollar, en las clases de educación física, tenía que escoger un grupo numeroso y que fueran lo suficientemente mayores para comprender la importancia del trabajo. Desistí de trabajar con las etapas de E.G.B., primero, por-que el interés de ellos sería bajo y segundo, por-que las distancias con las que se trabajarían en el tiro eran grandes para su edad. Estudié los grupos con los que contaba en B.U.P. y el más idóneo para mí, fué 1º de B.U.P., por ser el más numeroso y al mismo tiempo estar más igualado en cuanto a niños-niñas, ya que los demas grupos de B.U.P., o eran muy pequeños, o existían muchos más niños que niñas o viceversa.

En primer lugar hablé con ellos de la experiencia a desarrollar, de su importancia, y de la necesidad de que cada uno de ellos pusiera el máximo empeño en el trabajo que se comprometía a realizar.

Una vez conseguida su aceptación, les expliqué el trabajo a realizar, lo importante que era para mí, y la necesidad de hacerlo lo mejor que cada uno pudiera. Así fue, cómo con este grupo de alumnos, que a continuación detallo, comencé el trabajo que me disponía a realizar.

...///...

a) Los nombres de las participantes en los test realizados, así como el número con el cual aparecen en las tablas de puntuaciones es el siguiente:

- 1.- Gil Morales, Francisca.
- 2.- García Arranz, Mercedes.
- 3.- Nuñez Sherif, Ashely.
- 4.- Lavigne Lavernia, Rocio.
- 5.- Aragón Piña, Isabel.
- 6.- González Astobiza, Maite.
- 7.- Trapote Díaz, María Isabel.
- 8.- Benedet Rodríguez, Eva.
- 9.- Sánchez Bocanegra, Fátima.
- 10.- Garrido Franquelo, María Auxiliadora.
- 11.- Cohen Benzaquen, Judith..
- 12.- Ruiz Fernandez, María del Pilar.
- 13.- Lima Salas, Cristina.
- 14.- Zamorano Vázquez, María del Carmen.
- 15.- Lucena Larubia, Eloisa.
- 16.- Fernández Medel, María del Carmen.
- 17.- León Martín, Salvadora.
- 18.- Pérez Garrido, Ana María.
- 19.- Sánchez Jiménez, Sofía.
- 20.- Martín Moreno, Ana.

Las edades de todas las participantes era de quince años, menos dos o tres que tenían dieciseis, y cursaban estudios de 1ºB.U.P.

b) El grupo de varones era menor que el de hembras, pero el trabajo se realizó en clase de E.F. y de haber querido tener los veinte, que era el número de niñas, hubiera sido casi imposible realizar el trabajo, pues disponer de más alumnos hubiera supuesto pérdidas de clases. El grupo de niños es el siguiente:

- 1.- Mata Tomé, Antonio.
- 2.- Garrido Franquelo, José María.
- 3.- Yague Reyes, Juan Antonio.
- 4.- Askros, Miguel.
- 5.- Lavigne Salazar, Ignacio Javier.
- 6.- Cid Salón, Alvaro.
- 7.- Fernández Arreciado, José María
- 8.- Illescas del Rio, Bartolomé.
- 9.- Moreno Pedrazuela, José Carlos.
- 10.- Pomares Vázquez, José Antonio.
- 11.- Domínguez Fernández, Antonio.
- 12.- Alvarez de Lorenzana Gil, Alfonso.
- 13.- Recio Madrona, Gabriel.
- 14.- Bellod Alvarez de Lorenzana, Alfonso.

Las edades de los participantes, oscilan en los quince años, al igual que las niñas.

CAPITULO IV

TEST EFECTUADOS Y DISTRIBUCION DE LOS ALUMNOS A TENOR DE LOS RESULTADOS.-

- a) Test efectuados, puntuaciones obtenidas.
 - b) Distribución de los alumnos.
-

a) Test efectuados, puntuaciones obtenidas.-

Para valorar la aptitud física general de todos los alumnos lo mejor posible, se escogió una serie de ejercicios para medir las principales cualidades motrices, estas pruebas, son las que a continuación se detallan:

- ABDOMINALES.
- POTENCIA DE BRAZOS.
- TEST DE RUFFIER.
- VELOCIDAD AGILIDAD.
- PUNTERIA.
- RESISTENCIA.
- VELOCIDAD.
- FLEXIBILIDAD.
- POTENCIA DE LANZAMIENTO.
- POTENCIA DE PIERNAS.
- TEST DE HARWARD.

Para la realización de las pruebas, fue necesario indicar y explicar a los alumnos cada uno de los ejercicios a efectuar, así como la forma de ejecutarlos para su validez, al mismo tiempo antes de su ejecución se practicaban todos los ejercicios, de esta manera todos los alumnos tenían las mismas posibilidades al practicar el test.

Antes de la realización de los test, los alumnos hacían un calentamiento general y practicaban la prueba en cuestión, después pasaban a desarrollarla. Cada día se efectuaba una prueba y fueron necesarios once días para la culminación de los test referidos.

Las posibilidades de los alumnos eran similares en la realización de los test, ya que todos los practicaban en idénticas condiciones, de horario, temperatura, material, etc. Así, en un mismo día, realizaban todos un mismo test.

Las anotaciones de los diferentes test, así como su duración y validez, las controlaba yo mismo. Creí conveniente realizar estas anotaciones yo mismo, para ajustarlas a un criterio lo más homogéneo posible.

Los test, su desarrollo, material utilizado y calificación de los mismos, es lo que a continuación se expone, y que tanto a niñas como a niños se aplicaron por igual:

ABDOMINALES..- Elevación del tronco superior, sujetado de los tobillos por un compañero, manos en la nuca, ir a tocar con el codo la rodilla contraria. Número máximo en un minuto.

Desarrollo: Por grupos de cuatro, en posición de decúbito supino, los otros dos sujetándoles por los tobillos. A la voz de "listos/as, ya", comenzaban a tocar con el codo la rodilla contraria. Solamente un intento.

Material: Cronómetro, bloc de notas y bolígrafo. Estos últimos, bloc y bolígrafo se utilizaran en las demás pruebas.

Calificación: Solamente se contaban las veces que el codo tocaba a la rodilla contraria. Las piernas se mantenían extendidas, mientras subía y bajaba

POTENCIA DE BRAZOS.- Flexión--extensión de brazos. máximos en un minuto.

Desarrollo: Por parejas, de-cúbito prono, con las palmas de las manos en el suelo y a la altura de los hombros, a la voz de "ya" se comenzaba con la extensión y flexión de brazos. Solamente un intento.

Material: Cronómetro.

Calificación: Para que la Flexión-Extensión fuese válida, los alumnos tenían que llegar casi a besar el suelo y la extensión hacerse en su punto máximo, a la vez de mantener el cuerpo completamente extendido, de no ser así no se contabilizaba el ensayo. Al final de la prueba se anotaban solamente las ejecuciones buenas.

TEST DE RUFFIER.- 30 flexiones de piernas en 45". Medir la recuperación del ejecutante.

Desarrollo: Individualmente, y una vez tomado el pulso en reposo, después de estar dos minutos acostados en el suelo y a la voz de "listos/as ya" se hacían las treinta flexiones totales de piernas en cuarenta y cinco segundos. Cuando se terminaba el ejercicio, se tomaban pulsaciones en los 15" siguientes. Al minuto de terminar el ejercicio, se tomaban de nuevo pulsaciones.

Material: Cronómetro.

Calificación: Las flexiones del alumno podían tener una amplitud de 29 a 31. De realizar más o menos en los 45" había que repetir el test. Para su realización se comenzaba de pie y con las manos en los costados. A los alumnos se les calificaba de acuerdo con el índice de este test, que es el siguiente:

$$I = \frac{P' + P'' + P''' - 200}{100}$$

VELOCIDAD AGILIDAD.- Cinco metros, ida y vuelta e ida y vuelta, a traer dos objetos colocados en la línea contraria.

Desarrollo: Dos líneas paralelas a cinco metros. En la línea contraria a la de salida, detras, se colocaron dos latas de refresco que había de llevarlas y dejarlas detrás de la línea de salida, sucesivamente una y otra. A la voz de "listos/as, ya" se cronometraba el tiempo que se tardaba en la ejecución del ejercicio. La primera lata, había que depositarla detrás de la línea de salida. La segunda no era preciso, pues el crono se paraba al cruzar la línea.

Material: Tiza, cinta métrica, dos latas y cronómetro.

Calificación: Se anotaba el tiempo que transcurría desde la voz de "ya" hasta que el alumno pasaba con la segunda lata por la línea de salida. El test no era válido si alguna de las latas se arrojaban al suelo, en lugar de depositarlas. Se anotó el mejor de

dos intentos.

PUNTERIA.- Tirar a una diana pintada en la pared con un balón de balonmano. Habilidad.

Desarrollo: cinco circunferencias concéntricas pintadas en la pared de un frontón, cada una de ellas numeradas en su interior, 2, 4, 6, 8, 10. El jugador tenía que hacer sobre ellas quince tiros a seis metros de distancia. Cinco con la mano derecha, cinco con la izquierda y cinco con las dos. Ningún ejecutante podía pisar la línea de los seis metros. En los lanzamientos se podía utilizar cualquier técnica.

Material.- Tiza, frontón, cinta métrica, balón de balonmano infantil y dos observadores para ir cantando las dianas.

Calificación.- Se sumaban los puntos obtenidos en los quince lanzamientos y hacíamos media dividiendo por quince. Los balones que no dieran dentro de la diana no puntuaban.

RESISTENCIA.- Recorrido de un circuito de 2.000 metros. para niños y 1.500 para niñas alrededor del colegio.

Desarrollo.- Por grupos de cuatro, y a la voz de "preparados/as, ya", se ponía en marcha el cronómetro, cantándose y anotándose los tiempos una vez finalizada la prueba.

Material: Circuito natural del C.P.S. San José. y cronómetro.

Calificación: Se anotaba el tiempo en recorrer el circuito, siempre y cuando el alumno no anduviese en el transcurso de la prueba. En caso de andar se repetiría el recorrido.

...///...

VELOCIDAD.- Correr la distancia de 40 m. a máxima intensidad.

Desarrollo: Se trazó una línea recta. El alumno se colocaba detrás de ella, en posición de salida de velocidad, con las manos en el suelo, sin rebasar la línea, sin tocarla y con los pies uno adelantado con respecto al otro. A la voz de "Preparados, listos/as, ya", se ponía en marcha el cronómetro, para detenerlo una vez cruzada la línea de llegada situada a cuarenta metros y paralela a la de salida. El cronometrador, que era yo, se situaba en la línea de llegada, anotando los tiempos realizados. Se permitían dos ensayos.

Material: Pista del C.P. San José, cronómetro, cinta métrica y tiza.

Calificación: Solamente se anotaba el mejor tiempo de los ensayos dados por buenos. Si la salida no era buena, se paraba la prueba hasta realizarla bien. Un alumno se colocaba en la línea de salida para controlar que la posición de las manos no rebasara ni tocara la línea.

FLEXIBILIDAD.- Profunda.

Desarrollo: Colocado el alumno en unas huellas separadas entre sí 50 cm. y de talón a talón una línea recta marcada con tiza, se situaban en la parte media de la línea dos taquitos. Estos, se tenían que empujar con los dedos índices simultáneamente ambos hacia atrás.

Se podían realizar dos intentos.

Material: Cinta métrica, tacos y tiza.

...///...

...///...

Calificación: Se medía la distancia en cm., que había entre el centro de la línea que unía los talones con los taquitos, que habían sido desplazados por los dedos índices. Si los pies eran movidos o desplazados del suelo, el ensayo se daba nulo. Igual se procedía si los taquitos eran desplazados a golpes o se perdía contacto con ellos en algún momento de la prueba. Para medir la distancia era preciso que los dos taquitos estuvieran a la misma altura, si no, la prueba también se anulaba. Se calificaba el mejor de dos intentos buenos.

POTENCIA DE LANZAMIENTO.- Potencia general del sujeto.

Desarrollo.- Colocado el alumno detrás de una línea y sin pisar en ella, con los pies separados unos treinta cm., lanzar un balón con las dos manos por encima de la cabeza lo más alejado posible. Se lanzaba, con extensión de brazos, tronco y piernas. Se permitían dos intentos.

Material: Tiza, cinta métrica y balón de fútbol.

Calificación: Se medían los metros alcanzados en el lanzamiento hasta que el balón daba el primer bote. Si un alumno pisaba la línea, se caía una vez lanzado el balón hacia adelante, o levantaba algún pie del suelo, el test era nulo, teniendo que ser repetido. El lanzamiento se hacía desde una posición estática. Se puntuaba el mejor de dos intentos buenos.

POTENCIA DE PIERNAS.- Salto hacia adelante con piernas juntas.

...///...

...///...

Desarrollo: Se colocaba al alumno justo al borde del foso de longitud, con las punteras en línea y a la altura del filo del foso, en cuclillas y con una gran extensión de piernas se impulsaba adelante a conseguir el mayor número de metros. Se practicaban dos intentos.

Material: Cinta métrica y foso de longitud.

Calificación: Se medía la longitud obtenida por el alumno, desde la huella mas cercana dejada por él al filo del foso. El salto se consideraba nulo si los dos pies en el momento del salto no estaban a la misma altura, o se intentaba coger carrera. Se anotaba el mejor de dos intentos válidos.

TEST DE HARWARD.- Resistencia y capacidad de recuperación.

Desarrollo: El alumno se sitúa en frente a una grada de 45 cm. de altura. A la voz de "listos/as, ya" sube y baja al ritmo de 30 veces por minuto, durante cuatro minutos. El alumno subía con uno y otro pie a quedarse extendido en la grada, y bajaba a la posición inicial. Durante el ejercicio, se podía cambiar el pie de subir dos o tres veces. Se hizo en grupos de cinco alumnos.

Material: Cronómetro y gradas de 45 cm. de altura.

Calificación: Una vez finalizada la prueba, los alumnos se sentaban y se tomaban el pulso de la forma siguiente:

Primera toma.- 1' al 1'30" = P

Segunda toma.- 2' al 2'30" = P'

Tercera toma.- 3' al 3'30" = P''

...///...

...///...

$$I = \frac{240 \times 100}{P - P' - P'' \times 2}$$

El resultado de la operación se anotaba a los alumnos que terminaban la prueba. Si la ejecución no era correcta se mandaba parar al alumno en cuestión para que la repitiera con otro grupo. Para que el test fuera válido, se tenían que extender encima de la grada bien las piernas, al mismo tiempo que no perder el ritmo que yo les daba de subida al escalón. De no ser así, no se podía continuar en el test, teniendo que repetirlo.

NIÑAS.-

Nº	AB.	P.B.	T.R.	V.A.	P.	R.	V.	F.	P.L.	P.P.	T.Har.
1	18	10	6,4	7,3	8,2	6,4	6,9	27	8,3	2,1	56,6
2	24	7	12,4	8,1	5,2	7,6	8,1	22	7	1,8	45,6
3	15	5	8	7,8	6,2	7,1	7,8	18	8,5	2,1	48,3
4	20	5	10	7,8	6,1	6,5	7,4	19	11	1,9	50,6
5	15	5	10	7,4	6,3	7,4	7,4	32	7	1,6	46,0
6	20	8	8,8	8,1	6,7	7,5	7,8	24	7,5	1,8	48,8
7	16	6	12,4	8,2	6,4	7,1	7,5	28	8	2,0	46,8
8	21	10	12	7,1	6,8	7,2	7,5	24	11,5	1,9	50,2
9	18	4	8	8,1	5,6	7,5	7,1	21	12	2,1	46,1
10	20	6	16	7,2	6,2	7,2	6,6	24	11	1,9	42,8
11	22	4	8	7,4	7,3	7,1	6,4	34	13,5	2,1	60,0
12	22	10	12	7,3	5,7	7,3	7,5	28	9,5	2,2	66,1
13	20	4	4,4	7,6	5,8	7,2	6,6	31	9	2,0	54,9
14	18	7	10	8,1	6,0	7,2	7,5	30	7	1,9	45,0
15	14	5	19,2	6,9	6,1	7,5	7,4	33	7	1,6	43,7
16	23	6	4,8	6,9	7,9	7,1	6,5	25	7,6	2,0	57,6
17	24	10	10,4	7,8	5,3	7,6	7,6	27	8,3	1,9	41,4
18	25	12	5,6	7,4	6,5	6,5	7,1	29	12,5	1,9	47,3
19	18	4	10	8,3	7,2	7,5	7,8	21	8	2,1	51,3
20	20	11	9,6	8,5	5,7	7,0	8,0	15	9	1,8	42,6

ABDOMINALES.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
14	1	0,05	0,05	0,5
15	2	0,10	0,15	1,5
16	1	0,05	0,20	2
18	4	0,20	0,40	4
20	5	0,25	0,65	6,5
21	1	0,05	0,70	7
22	2	0,10	0,80	8
23	1	0,05	0,85	8,5
24	2	0,10	0,95	9,5
25	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

POTENCIA DE BRAZOS.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
4	4	0,20	0,20	2
5	4	0,20	0,40	4
6	3	0,15	0,55	5,5
7	2	0,10	0,65	6,5
8	1	0,05	0,70	7
10	4	0,20	0,90	9
11	1	0,05	0,95	9,5
12	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

TEST DE RUFFIER.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
19,2	1	0,05	0,05	0,5
16	1	0,05	0,10	1
12,4	2	0,10	0,20	2
12	2	0,10	0,30	3
10,4	1	0,05	0,35	3,5
10	4	0,20	0,55	5,5
9,6	1	0,05	0,60	6
8,8	1	0,05	0,65	6,5
8	3	0,15	0,80	8
6,4	1	0,05	0,85	8,5
5,6	1	0,05	0,90	9
4,8	1	0,05	0,95	9,5
4,4	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

VELOCIDAD AGILIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
8,48	1	0,05	0,05	0,5
8,32	1	0,05	0,10	1
8,20	1	0,05	0,15	1,5
8,08	1	0,05	0,20	2
8,07	1	0,05	0,25	2,5
8,06	2	0,10	0,35	3,5
7,82	1	0,05	0,40	4
7,80	1	0,05	0,45	4,5
7,67	1	0,05	0,50	5
7,63	1	0,05	0,55	5,5
7,40	1	0,05	0,60	6
7,37	1	0,05	0,65	6,5
7,35	1	0,05	0,70	7
7,33	1	0,05	0,75	7,5
7,29	1	0,05	0,80	8

...///...

7,07	1	0,05	0,90	9
6,90	1	0,05	0,95	9,5
6,86	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

PUNTERIA.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
5,20	1	0,05	0,05	0,5
5,25	1	0,05	0,10	1
5,60	1	0,05	0,15	1,5
5,70	1	0,05	0,20	2
5,73	1	0,05	0,25	2,5
5,83	1	0,05	0,30	3
6,00	1	0,05	0,35	3,5
6,10	1	0,05	0,40	4
6,13	1	0,05	0,45	4,5
6,20	2	0,10	0,55	5,5
6,33	1	0,05	0,60	6
6,40	1	0,05	0,65	6,5
6,46	1	0,05	0,70	7
6,66	1	0,05	0,75	7,5
6,80	1	0,05	0,80	8
7,20	1	0,05	0,85	8,5
7,28	1	0,05	0,90	9
7,96	1	0,05	0,95	9,5
8,20	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

RESISTENCIA.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
7,60	1	0,05	0,05	0,5
7,58	1	0,05	0,10	1
7,50	3	0,15	0,25	2,5
7,45	2	0,10	0,35	3,5
7,31	1	0,05	0,40	4
7,22	1	0,05	0,45	4,5
7,21	1	0,05	0,50	5
7,20	1	0,05	0,55	5,5
7,19	1	0,05	0,60	6
7,15	1	0,05	0,65	6,5
7,11	1	0,05	0,70	7
7,10	1	0,05	0,75	7,5
7,02	1	0,05	0,80	8
7	1	0,05	0,85	8,5
6,54	1	0,05	0,90	9
6,50	1	0,95	0,95	9,5
6,43	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1.00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

VELOCIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
8,11	1	0,05	0,05	0,5
7,96	1	0,05	0,10	1
7,82	1	0,05	0,15	1,5
7,78	1	0,05	0,20	2
7,76	1	0,05	0,25	2,5
7,50	2	0,10	0,35	3,5
7,48	1	0,05	0,40	4
7,47	1	0,05	0,45	4,5
7,45	1	0,05	0,50	5
7,39	1	0,05	0,55	5,5
7,37	1	0,05	0,60	6
7,07	1	0,05	0,65	6,5
7,06	1	0,05	0,70	7
7,05	1	0,05	0,75	7,5
6,92	1	0,05	0,80	8
6,65	1	0,05	0,85	8,5
6,62	1	0,05	0,90	9
6,52	1	0,05	0,95	9,5
6,37	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

FLEXIBILIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
15	1	0,05	0,05	0,5
18	1	0,05	0,10	1
19	1	0,05	0,15	1,5
21	2	0,10	0,25	2,5
22	1	0,05	0,30	3
24	3	0,15	0,45	4,5
25	1	0,05	0,50	5
27	2	0,10	0,60	6
28	2	0,10	0,70	7
29	1	0,05	0,75	7,5
30	1	0,05	0,80	8
31	1	0,05	0,85	8,5
32	1	0,05	0,90	9
33	1	0,05	0,95	9,5
34	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

POTENCIA DE LANZAMIENTO.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
7	4	0,20	0,20	2
7,50	2	0,10	0,30	3
8	2	0,10	0,40	4
8,25	1	0,05	0,45	4,5
8,30	1	0,05	0,50	5
8,50	1	0,05	0,55	5,5
9	2	0,10	0,65	6,5
9,50	1	0,05	0,70	7
11	2	0,10	0,80	8
11,50	1	0,05	0,85	8,5
12	1	0,05	0,90	9
12,50	1	0,05	0,95	9,5
13,50	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

POTENCIA DE PIERNAS.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
1,56	2	0,10	0,10	1
1,80	2	0,10	0,20	2
1,83	1	0,05	0,25	2,5
1,86	1	0,05	0,30	3
1,88	2	0,10	0,40	4
1,92	1	0,05	0,45	4,5
1,94	1	0,05	0,50	5
1,98	1	0,05	0,55	5,5
2,00	3	0,15	0,70	7
2,03	1	0,05	0,75	7,5
2,05	1	0,05	0,80	8
2,06	1	0,05	0,85	8,5
2,08	1	0,05	0,90	9
2,10	1	0,05	0,95	9,5
2,22	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

TEST DE HARWARD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
41,4	1	0,05	0,05	0,5
42,6	1	0,05	0,10	1
42,8	1	0,05	0,15	1,5
43,6	1	0,05	0,20	2
45	1	0,05	0,25	2,5
45,6	1	0,05	0,30	3
46	1	0,05	0,35	3,5
46,15	1	0,05	0,40	4
46,8	1	0,05	0,45	4,5
47,3	1	0,05	0,50	5
48,3	1	0,05	0,55	5,5
48,8	1	0,05	0,60	6
50,2	1	0,05	0,65	6,5
50,3	1	0,05	0,70	7
50,6	1	0,05	0,75	7,5
54,8	1	0,05	0,80	8
56,6	1	0,05	0,85	8,5
57,6	1	0,05	0,90	9
60	1	0,05	0,95	9,5
66,1	<u>1</u>	<u>0,05</u>	<u>1,00</u>	<u>10</u>
	20	1,00		

NIÑAS. - Puntuaciones obtenidas de acuerdo con los test realizados, total de puntos y media, nota sacada por cada una de ellas.

Nº	AB.	P.B.	T.R.	V.A.	P.	R.	V.	F.	P.L	P.P.	T.H	Pun	Media
1	4	9	8,5	8	10	10	8	6	5	9,5	8,5	36,5	7,86
2	9,5	6,5	2	4	0,5	0,5	0,5	3	2	2,5	3	34	3,09
3	1,5	4	8	4,5	5,5	7	1,5	1	5,5	7,5	5,5	51,5	4,68
4	6,5	4	5,5	5	4,5	9	5	1,5	8	5,5	7	61,5	5,59
5	1,5	4	5,5	6,5	6	3,5	5,5	9	2	1	3,5	48	4,36
6	6,7	7	6,5	4	7,5	2	2,5	4,5	3	2	5,5	51	4,63
7	2	5,5	2	1,5	6,5	6,5	3,5	6,5	4	7	4,5	49,5	4,50
8	7	9	3	9	8	4,5	4	4,5	8,5	5	6	68,5	6,22
9	4	2	8	2,5	1,5	2	6,5	2,5	9	8	4	50	4,54
10	6,5	5,5	1	8,5	5,5	5	8,5	4,5	8	4,5	1,5	59	5,36
11	8	2	8	7	9	7,5	10	10	10	9	9,5	90	8,18
12	8	9	3	7,5	2	4	4,5	7	7	10	10	72	6,54
13	6,5	2	10	5,5	3	6	9	8,5	6,5	7	7,5	71,5	6,50
14	4	6,5	5,5	2	3,5	5,5	3,5	8	2	4	2,5	53	4,81
15	0,5	4	0,5	10	4	3,5	6	9,5	2	1	2	43	3,90
16	8,5	5,5	9,5	9,5	9,5	7	9,5	5	3	7	9	83	7,54
17	9,5	9	3,5	4	1	1	7	6	4,5	3	0,5	49	4,45
18	10	10	9	6	7	9,5	7,5	7,5	9,5	4	5	85	7,72
19	4	2	5,5	1,5	8,5	2	2	2,5	4	8,5	6,5	47	4,27
20	6,5	9,5	6	0,5	2,5	8,5	1	0,5	6,5	2	1	53,5	4,86

NIÑOS.-

Nº	AB.	P.B.	T.R.	V.A.	P.	R.	V.	F.	P.L.	P.P.	T.Har.
1	20	12	6	6,5	5,9	7,5	7	22	13	2,4	56,2
2	27	17	4,4	7,4	5,4	6,6	6,1	18	14	2,3	65,8
3	40	26	9,6	7,6	7,0	7,3	6,2	32	14	2,4	62,7
4	27	25	8,4	7,1	7,4	6,4	5,4	24	16,5	2,4	60,4
5	35	25	10,8	6,9	5,5	7,3	6,1	22	12	2,2	49,2
6	32	27	2	7,3	7,8	7,5	6,2	22	15	2,3	57,5
7	28	32	9,2	6,5	7,6	7,5	6,4	30	11	2,0	55,5
8	28	23	12,8	6,8	6,2	7,2	6,7	22	11	2,3	60,0
9	37	22	6	6,4	6,0	6,5	6,2	28	13	2,3	63,3
10	28	29	12	6,3	6,6	7,2	6,2	26	14	2,2	54,5
11	27	18	5,2	7,2	6,7	7,5	5,7	32	13	2,4	53,0
12	33	28	2	7,3	7,7	7,2	6,2	34	13,5	2,2	56,0
13	29	14	8	7,4	6,8	7,1	6,7	29	14	2,2	53,9
14	30	42	9,2	6,6	7,4	7,4	5,8	20	20	2,5	51,4

ABREVIATURAS.- Nº, número por orden de relación; AB., Abdominales; P.B., Potencia de Brazos; T.R., Test de Ruffier; V.A., Velocidad Agilidad; P., Potencia; R., Resistencia; V., Velocidad; F., Flexibilidad; P.L., Potencia de lanzamiento; P.P., Potencia de Piernas; T.Har., Test de Harward.

Todos los datos han sido por cifras aproximativas; ejp: 7,18=7,2. ó 1,67=1,7. Aunque para las notas, se han utilizado con las centésimas.

...///...

NIÑOSABDOMINALES.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
20	1	0,07	0,07	0,5
27	3	0,21	0,28	2
28	3	0,21	0,49	5
29	1	0,07	0,56	5,5
30	1	0,07	0,63	6
32	1	0,07	0,70	6,5
33	1	0,07	0,77	7
35	1	0,07	0,84	8
37	1	0,07	0,91	9
40	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

POTENCIA DE BRAZOS.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
12	1	0,07	0,07	0,5
14	1	0,07	0,14	1
17	1	0,07	0,21	2
18	1	0,07	0,28	3
22	1	0,07	0,35	3,5
23	1	0,07	0,42	4
25	2	0,14	0,56	5
26	1	0,07	0,63	5,5
27	1	0,07	0,70	6
28	1	0,07	0,77	7
29	1	0,07	0,84	8
32	1	0,07	0,91	9
42	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

TEST RUFFIER.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
12,8	1	0,07	0,07	0,5
12	1	0,07	0,14	1
10,8	1	0,07	0,21	2
9,6	1	0,07	0,28	3
9,2	2	0,14	0,42	4
8,4	1	0,07	0,49	5
8	1	0,07	0,56	5,5
6	2	0,14	0,70	7
5,2	1	0,07	0,77	7,5
4,4	1	0,07	0,84	8
2	<u>2</u>	<u>0,14</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

VELOCIDAD AGILIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
7,58	1	0,07	0,07	0,5
7,43	1	0,07	0,14	1
7,35	1	0,07	0,21	2
7,34	1	0,07	0,28	3
7,28	1	0,07	0,35	3,5
7,22	1	0,07	0,42	4
7,10	1	0,07	0,49	5
6,88	1	0,07	0,56	5,5
6,78	1	0,07	0,63	6
6,61	1	0,07	0,70	7
6,55	1	0,07	0,77	8
6,50	1	0,07	0,84	8,5
6,44	1	0,07	0,91	9
6,32	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

PUNTERIA.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
5,4	1	0,07	0,07	0,5
5,5	1	0,07	0,14	1
5,86	1	0,07	0,21	2
6	1	0,07	0,28	3
6,2	1	0,07	0,35	4
6,6	1	0,07	0,42	4,5
6,7	1	0,07	0,49	5
6,8	1	0,07	0,56	5,5
7	1	0,07	0,63	6
7,4	2	0,14	0,77	7
7,6	1	0,07	0,84	8
7,66	1	0,07	0,91	9
7,8	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

RESISTENCIA.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
7,50	3	0,21	0,21	2
7,48	1	0,07	0,28	2,5
7,45	1	0,07	0,35	3
7,30	2	0,14	0,49	5
7,24	2	0,14	0,63	6
7,22	1	0,07	0,70	6,5
7,10	1	0,07	0,77	7
6,55	1	0,07	0,84	8
6,51	1	0,07	0,91	9
6,45	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

VELOCIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
6,99	1	0,07	0,07	0,05
6,75	1	0,07	0,14	1
6,66	1	0,07	0,21	2
6,37	1	0,07	0,28	3
6,21	2	0,14	0,42	4
6,20	1	0,07	0,49	5
6,18	1	0,07	0,56	5,5
6,17	1	0,07	0,63	6
6,10	1	0,07	0,70	7
6,07	1	0,07	0,77	8
5,77	1	0,07	0,84	8,5
5,74	1	0,07	0,91	9
5,39	<u>1</u>	<u>0,07</u>	0,98	10
	14	0,98		

FLEXIBILIDAD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
18	1	0,07	0,07	2
20	1	0,07	0,14	3
22	4	0,28	0,42	4
24	1	0,07	0,49	5
26	1	0,07	0,56	6
28	1	0,07	0,63	7
29	1	0,07	0,70	7,5
30	1	0,07	0,77	8
32	2	0,14	0,91	9
34	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

POTENCIA DE LANZAMIENTO.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F. RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
11	2	0,14	0,14	2
12	1	0,07	0,21	3
13	3	0,21	0,42	4
13,5	1	0,07	0,49	5
14	4	0,28	0,77	6
15	1	0,07	0,84	7
16,5	1	0,07	0,91	8
20	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

POTENCIA DE PIERNAS.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
2,00	1	0,07	0,07	0,5
2,17	1	0,07	0,14	1
2,20	1	0,07	0,21	2
2,24	2	0,14	0,35	3
2,27	1	0,07	0,42	4
2,30	1	0,07	0,49	5
2,31	2	0,14	0,63	6
2,36	2	0,14	0,77	7
2,44	1	0,07	0,84	8
2,45	1	0,07	0,91	9
2,55	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

TEST DE HARWARD.-

<u>Nº</u>	<u>F.ABSOLUTA</u>	<u>F.RELATIVA</u>	<u>F.ACUMULATIVA</u>	<u>NOTA</u>
49,18	1	0,07	0,07	0,5
51,42	1	0,07	0,14	1
52,94	1	0,07	0,21	2
53,90	1	0,07	0,28	3
54,50	1	0,07	0,35	4
55,50	1	0,07	0,42	4,5
56	1	0,07	0,49	5
56,25	1	0,07	0,56	5,5
57,50	1	0,07	0,63	6
60	1	0,07	0,70	7
60,40	1	0,07	0,77	7,5
62,67	1	0,07	0,84	8
63,30	1	0,07	0,91	9
65,84	<u>1</u>	<u>0,07</u>	<u>0,98</u>	<u>10</u>
	14	0,98		

...///...

NIÑOS.- Puntuaciones obtenidas de acuerdo con los test realizados, total de puntos y media, nota sacada por cada uno de ellos.

Nº	AB	P.B	T.R	V.A	P.	R.	V.	F.	P.L.	P.P.	T.H.	Pun.	Media
1	0,5	0,5	7	8,5	2	2	0,5	4	4	7	5,5	41,5	3,77
2	2	2	8	1	0,5	8	8	2	6	5	10	52,5	4,77
3	10	5,5	3	0,5	6	5	4	9	6	8	8	65	5,91
4	2	5	5	5	7	10	10	5	8	7	7,5	71,5	6,50
5	8	5	2	5,5	1	5	7	4	3	1	0,5	42	3,82
6	6,5	6	10	3	10	2,5	4	4	7	4	6	63	5,73
7	5	9	4	8	8	2	3	8	2	0,5	4,5	54	4,91
8	5	4	0,5	6	4	6	1	4	2	6	7	45,5	4,13
9	9	3,5	7	9	3	9	5,5	7	4	6	9	72	6,54
10	5	8	1	10	4,5	6,5	5	6	6	3	4	59	5,36
11	2	3	7,5	4	5	2	9	9	4	9	2	56,5	5,13
12	7	7	10	3,5	9	6	6	10	5	3	5	71,5	6,5
13	5,5	1	5,5	2	5,5	7	2	7,5	6	2	3	47	4,28
14	6	10	4	7	7	3	8,5	3	10	10	1	69,5	6,31

ABREVIATURAS.- Pun., puntos totales sacados por los alumnos sumando las notas parciales de los diferentes test; Media., división de los puntos por el número de test.

...///...

b) Distribución de los Alumnos, grupo "A", grupo "B".

GRUPO "A"

<u>Nº</u>	<u>APELLIDOS</u>	<u>NOMBRE</u>	<u>NOTA MEDIA</u>
11.	Cohen Benzaquen	Judith	8,18
16.	Fernandez Medel	María del C.	7,54
13.	Lima Salas	Cristina	6,50
8.	Benedet Rodriguez	Eva	6,22
20.	Martín Moreno	Ana	4,86
14.	Zamorano Vázquez	Mª del Carmen	4,81
6.	Gonzalez Astobiza	Maite	4,63
7.	Trapote Díaz	Mª Isabel	4,50
5.	Aragón Piña	Isabel	4,36
2.	García Arranz	Mercedes	3,09

VARONES

12.	Alvarez de Lorenz.	Alfonso	6,50
14.	Bellod Alvarez	Alfonso	6,31
3.	Yagüe Reyes	Juan Antonio	5,91
10.	Pomares Vázquez	José Antonio	5,36
7.	Fernandez Arreciado	José María	4,91
13.	Recio Madrona	Gabriel	4,28
1.	Mata Tomé	Antonio	<u>3,77</u>
<u>TOTAL PUNTOS.</u>			<u>91,73</u>

GRUPO "B"

<u>Nº</u>	<u>APELLIDOS</u>	<u>NOMBRE</u>	<u>NOTA MEDIA</u>
1.	Gil Morales	Francisca	7,86
18.	Pérez Garrido	Ana María	7,72
12.	Ruiz Fernandez	Mª del Pilar	6,54
4.	Lavigne Lavernia	Rocio	5,59
10.	Garrido Franquelo	Mª Auxilia.	5,36
3.	Núñez Sherif	Ashley	4,68
9.	Sanchez Bocanegra	Fátima	4,54
17.	León Martín	Salvadora	4,45
19.	Sánchez Jiménez	Sofía	4,27
15.	Lucena Larubia	Eloisa	3,90

VARONES

9.	Moreno Pedrazuela	José Carlos	6,54
4.	Askros	Miguel	6,50
6.	Cid Salón	Alvaro	5,73
11.	Dominguez Fernandez	Antonio	5,13
2.	Garrido Franquelo	José María	4,77
8.	Illescas del Río	Bartolomé	4,13
5.	Lavigne Salazar	Ignacio J.	<u>3,82</u>

TOTAL PUNTOS. 91,53

CAPITULO V

TECNICA DE AMBOS TIROS Y TACTICAS DE BALONKORF.-

a) Técnica del Balonkorf.-

a-1. Sin balón:

a-1-1. Actitud base.

a-1-2. Desplazamientos.

a-1-3. Paradas.

a-2. Con balón:

a-2-1. Recepción del balón.

a-2-2. El pase: con dos manos, con una mano, en circunferencia.

a-2-3. El tiro: media distancia y lejos, tiro de penalty, entradas.

b) Técnica del tiro con una mano de Baloncesto.-

b-1. Características del lanzamiento para un buen tiro.

b-2. Tiro de personal.

c) Tácticas del Balonkorf.-

c-1. Situaciones y misiones que tienen que desarrollar los jugadores en el campo.

c-2. Fundamentos tácticos de los jugadores en ataque.

c-3. Fundamentos tácticos de los jugadores en defensa.

c-4. Ejemplos de jugadas en ataque.

Una vez realizados los test y ordenados los alumnos de acuerdo con las puntuaciones obtenidas, me dispuse a trabajar en lo referente a la técnica y táctica del Balonkorf, así como en el tiro con una mano de Baloncesto.

...///...

...///...

Lo que a continuación se expondrá, es un resumen de las charlas, tanto de técnica como de táctica, que se les impartió a todos los alumnos. Al mismo tiempo y por medio de clases prácticas, diez en total, se inició un aprendizaje en el cual se realizaban ejercicios relacionados con el pase, tiro y desplazamientos en Balonkorf, así como del tiro con una mano de Baloncesto. También se les inició en la táctica del Balonkorf de manera muy primitiva, para su posterior utilización durante la celebración de los encuentros.

El material utilizado durante el aprendizaje, es el que habitualmente se utiliza en Balonkorf, canastas reglamentarias y balones tipo fútbol, que son los que se emplean en este deporte.

a) Técnica del Balonkorf.-

Al ser un deporte de grupo y al tener que defender y atacar conjuntamente, la técnica de este deporte, como en los demás de conjunto, se basa en el aprovechamiento del medio y de las cualidades de cada uno de los componentes, de lo cual se desprende que hay que dominar la técnica del pase y tiro, así como la del desmarque, para conseguir el fin propuesto, el tanto; también la del manejo y los desplazamientos, así como todo lo propio para conseguir que nuestro oponente no consiga su fin, el tanto.

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, lo más importante de la técnica, tanto con balón como sin él, lo expondremos en los siguientes apartados:

a-1) Sin balón:

a-1-1.- Actitud base.- El jugador tiene que lograr una posición cómoda, fácil, y que tienda a lograr el mayor equilibrio posible. Un equilibrio bueno por parte del jugador le facilita, a lo largo del encuentro, un de-

...///...

...///...

se involucre mejor y más rápido en las maniobras que él pretenda realizar.

Para un buen equilibrio, es necesario que el peso del cuerpo se distribuya igualmente a cada lado, y el tronco un poco flexionado hacia adelante. Las rodillas han de estar bien flexionadas, para así bajar nuestro centro de gravedad; los pies separados, y uno ligeramente adelantado, dispuesto a una posible intervención. Las plantas de los pies deben estar en contacto con el suelo el mayor tiempo posible. El talón debe elevarse y apoyarse alternativamente, para que esté dispuesto a realizar una acción inmediata frente a cualquier eventualidad.

En cuanto a los pies, estará uno adelantado con respecto al otro, para que el movimiento sea lo más rápido posible.

Las caderas estarán sensiblemente bajas, con el fin de aumentar el equilibrio de todo el cuerpo.

La separación de los pies viene a coincidir más o menos con la anchura de los hombros.

Los brazos los utilizaremos como ayuda para el equilibrio; para ello, y para cualquier acción posterior, estarán flexionados.

La cabeza estará siempre levantada, con la vista siempre al frente y con la mayor visión periférica que se pueda.

La espalda la mantendremos siempre recta, aunque ligeramente inclinada hacia adelante.

...///...

...///...

a-1-2.- Desplazamientos.-

Al ser los desplazamientos diferentes a los de otros deportes de equipo, al no llevar el balón, son más rápidos, pues lo que se pretende conseguir es la burla del contrario para una posible entrada o tiro. Al igual que en los demás deportes, los desplazamientos en ataque son mucho más rápidos que en defensa, al tener la canasta de frente y llevar la iniciativa del juego. En defensa, los desplazamientos los supeditaremos a los que nos marque el contrario. Distinguiremos dos clases de desplazamientos, en ataque y defensa:

a) En ataque.

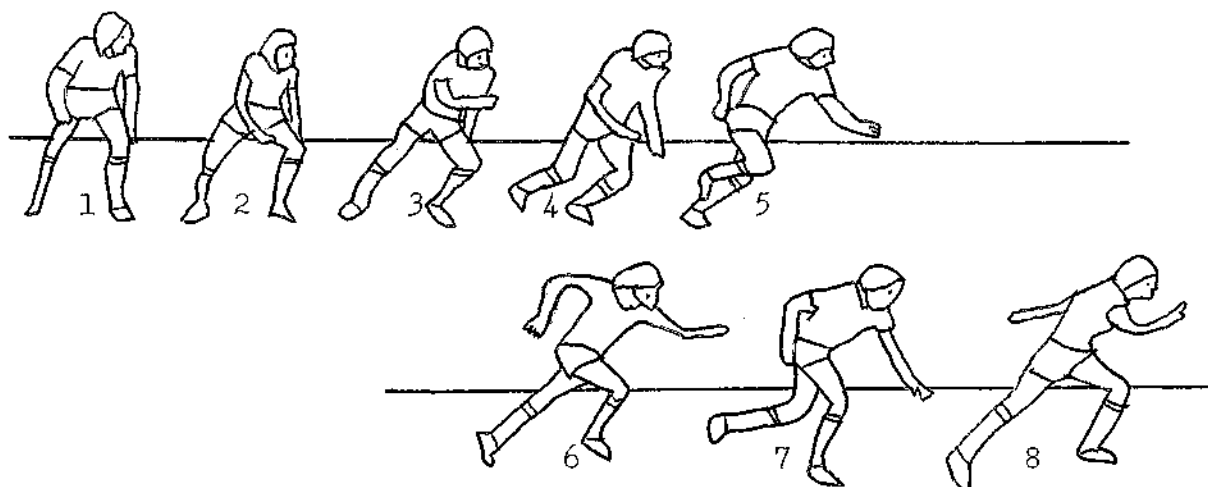
Los desplazamientos tendrán siempre la intención de desbordar al contrario. Estos serán los más rápidos posibles. Para que éstos sean rápidos, tendremos que procurar que el espacio que nos separa del marcador sea el mayor posible, para que una vez iniciada la carrera podamos adquirir la velocidad necesaria, para una vez a su altura, poder desbordarlo, bien por un lado o por otro.

Nosotros, lo que intentamos, y es primordial a la hora de desbordar al contrario, es adquirir una buena velocidad en los pocos metros que nos separan de él; esta velocidad la ganaremos dando pequeños pasos, y muy rápidos, para ir la incrementando y llegar al máximo en el momento en que decidamos desbordar al contrario.

...///...

Este desplazamiento es fundamental, por ser la base del juego en ataque, o sea el estar libre del contrario para el tiro a canasta.

Los demás desplazamientos en ataque tienden a ir siempre buscando la desorientación del contrario con



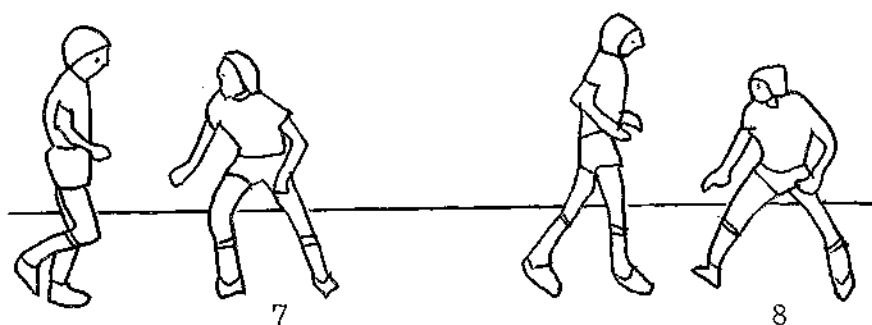
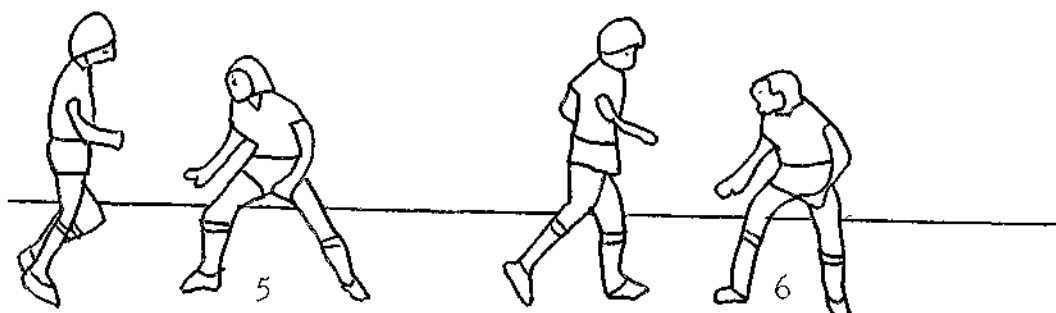
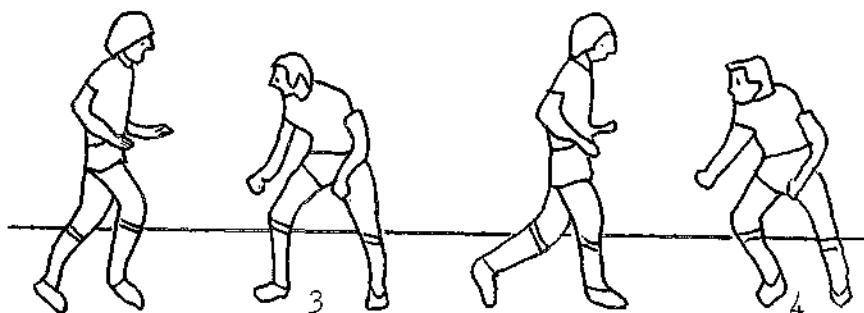
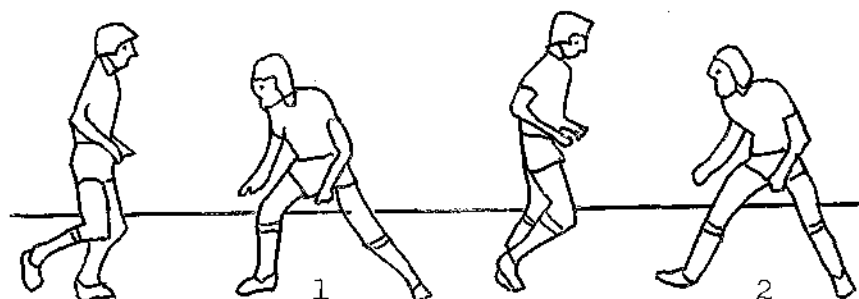
las fintas características de los juegos y deportes.

En el dibujo se puede ver cómo se pasa desde una posición básica a la carrera. La práctica debe llevar al jugador a pasar de una posición a otra cada vez en menos tiempo. Obsérvese que al esprintar hay que empezar con pasos pequeños pero muy rápidos, y el cuerpo debe mantenerse encorvado.

b) En defensa.

Los desplazamientos en defensa tienen varias formas de ejecución. Es fundamental saber correr hacia atrás, pero tan sólo los primeros m. pues estaríamos en peligro de que, al ser muy prolongada la carrera podamos perder el equilibrio. Generalmente, además de esta carrera, el desplazamiento fundamental es el lateral, para que cuando llegue el momento de que el atacante se ponga más o menos a su altura, poder seguirlo rápidamente.

El cuerpo hay que mantenerlo encorvado para tener más equilibrio, y no se deben cruzar las piernas, así como no saltar, pues nos pondríamos en desventaja con respecto al atacante.



DESPLAZAMIENTOS EN DEFENSA

...///...

...///...

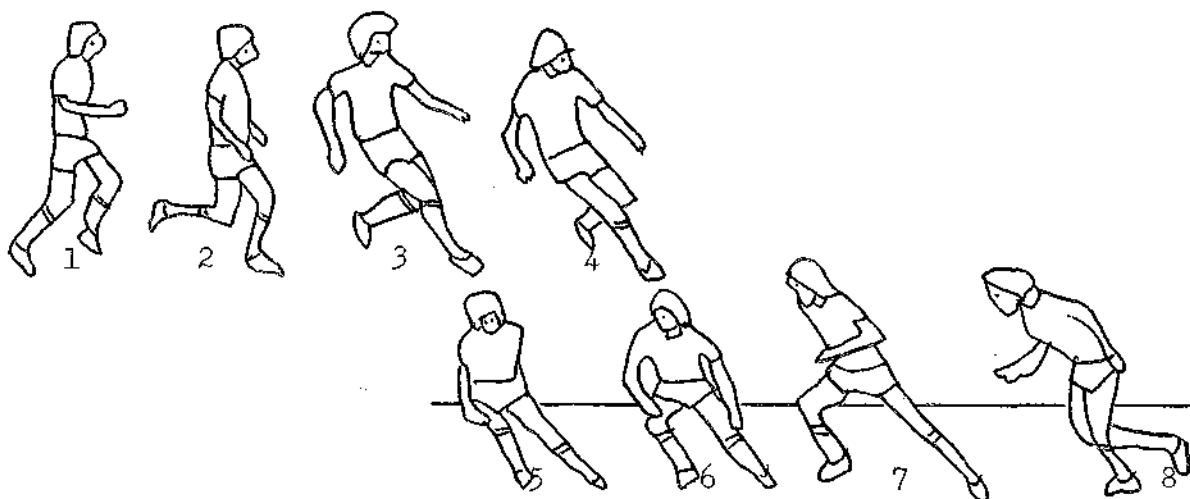
a-1-3. Paradas.

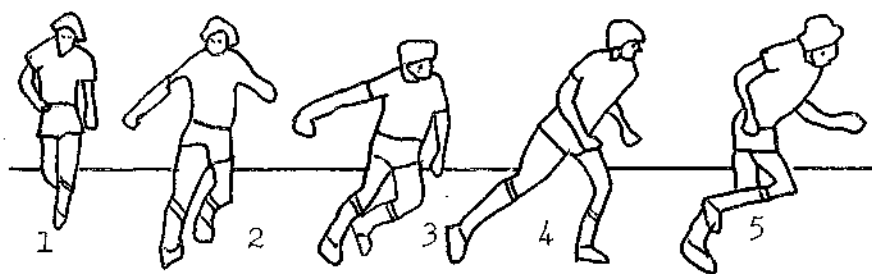
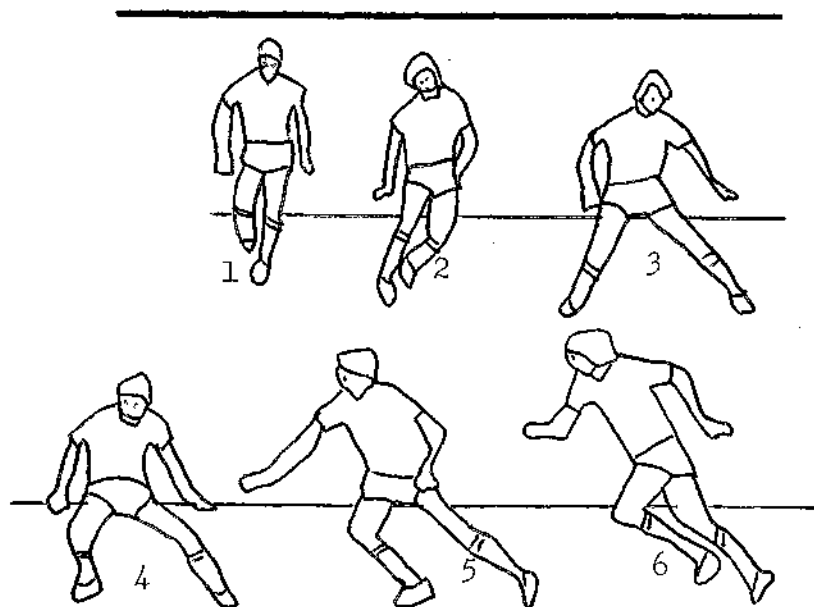
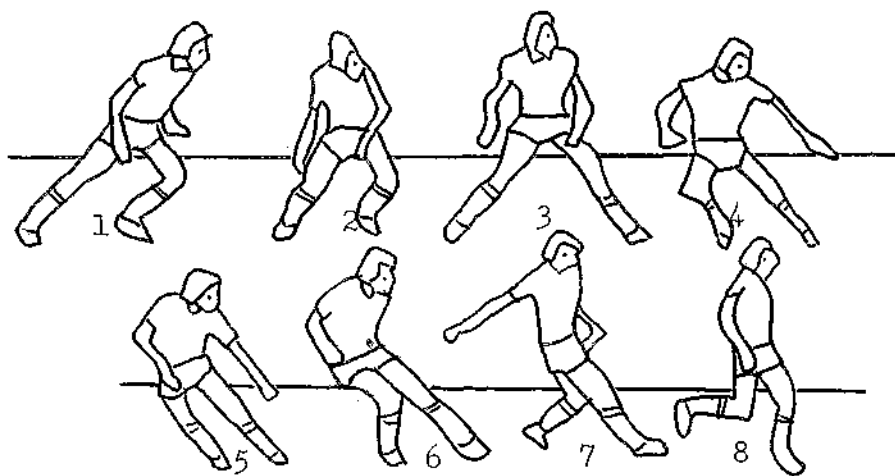
Nos encontramos ante una característica muy importante del Balonkorf: parar en un momento y cambiar rápidamente de dirección. De esta forma se puede desmarcar rápidamente un jugador de un contrario. Los grabados nos muestran claramente la forma de parar (1a4) y cómo realizar el cambio rápido de dirección (5a8).

Es muy importante fijarse muy bien en la posición de los pies en el momento de pararse y en el cambio de dirección, y procurar hacerlo desde el primer momento en el aprendizaje.

Cambiar de sentido y dirección en cualquier deporte es una característica importante. En Balonkorf hay que estar constantemente preparado para volver.

En los siguientes dibujos se pueden ver diversos modos de cambios de dirección. Es muy importante el aprendizaje de esta técnica, a fin de que al hacerlo no se pierda el equilibrio, pues es frecuente que ésto ocurra, y en el caso de mantener una acción defensiva, sería como dar un tanto seguro al equipo contrario. Es importante fijarse bien en la posición de los pies y en la del cuerpo, si se quiere conseguir una buena técnica.





PARADAS Y CAMBIOS

...///...

a-2) Con balón:a-2-1.- Recepción del balón.-

Estará siempre en función de la dirección y altura en que vamos a recibir el balón. Así tenemos los siguientes casos principales:

a) De cintura para arriba:

- Pulgares hacia adentro.
- Dedos al frente.

b) De cintura para abajo:

- Pulgares hacia fuera.
- Dedos hacia el suelo.

c) Balones laterales:

Se alarga una mano hacia el lado de donde viene el balón, mientras que la otra acompaña para la sujeción.

El receptor nunca debe esperar a que el balón le llegue, sino que debe ir a por él.

Cuando lo pida, debe hacerlo indicando el lugar donde quiere recibirlo.

Si el receptor está en movimiento, el que lanza el balón debe mandarlo lo suficiente adelantado para que con el ritmo de carrera que lleva, aquél pueda recibirlo cómodamente y en el sitio preciso.

En ataque, es necesario desmarcarse y alejarse del contrario para recibir el pase, y si es posible, señalar con la mano dónde queremos que se nos envíe.

a-2-2.- El pase: con dos manos, con una, en circunferencia.

Es el factor más importante del dominio del balón.

El pase en balonkorf al no poderse botar el balón, tiene que ser lo más rápido y preciso posible, para así

...///...

darle mayor rapidez y movilidad al juego, que es la esencia del Balonkorf.

Los tipos de pases pueden ser:

- a) Con dos jugadores estáticos.
- b) Un jugador estático y otro en movimiento.
- c) Los dos jugadores en movimiento.

En todos los pases hay que tener en cuenta, la dirección, intensidad y altura.

- a) Con dos jugadores estáticos:

Dirección.- Debe ir el balón a la posición del compañero, justamente al cuerpo, por donde lo pida y al exterior.

Intensidad.- Irá en consonancia con la distancia entre los jugadores. Es decir, que el compañero lo reciba cómodamente.

Altura.- Se debe recibir entre cintura y barbilla o bien donde nos lo pidan.

- b) Un jugador estático y otro en movimiento:

Dirección.- El pase debe ir sensiblemente adelantado con el fin de que coincida el jugador con el balón en la trayectoria de su carrera.

Intensidad y Altura.- Es válido todo lo expuesto en el apartado anterior.

- c) Dos jugadores en movimiento:

Tanto la dirección, como la intensidad y altura son semejantes al caso de un jugador estático y otro en movimiento.

Estos pases se pueden realizar, tanto en parábola,

...///...

...///...

como paralelos al suelo, según haya contrario o no, en el medio.

También debemos de tener en cuenta que el pase tiene que ser rápido, lo que no quiere decir que sea fuerte.

En los pases es interesante saber algunas normas para su buen realización, como son:

- Buen manejo del balón.
- Ver la situación del campo de juego.
- Que no sepa el adversario dónde voy a pasar.
- Fintar antes de pasar.
- Realizar los pases sin mirar.
- Pasar al exterior del compañero con respecto al adversario.
- Encadenamiento de pases.

Pero en Balonkorf lo que predomina es la rapidez y precisión en el pase, y esas décimas de segundo que nuestro compañero ha logrado sobre su contrario, que es lo que determina el entrar a tirar o no. Si nosotros no tenemos la suficiente rapidez para pasar, el momento cumbre de la ofensiva en Balonkorf no la habremos aprovechado.

PASE CON UNA MANO:

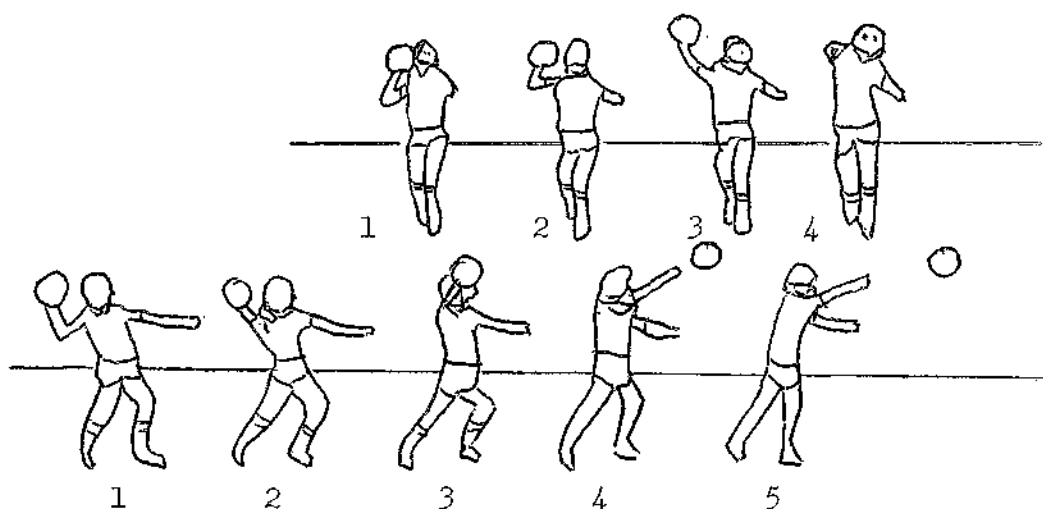
Este lanzamiento es utilizado a gran distancia, ya que es mayor la rapidez con que se puede dar el balón, a la vez que se le da mucha potencia. La posición del pie contrario al brazo con el que se lanza, es importante que sea adelantada, pues se puede imprimir más fuerza utilizando también el movimiento del cuerpo.

...///...

...///...

Al comienzo del pase, el balón debe estar a la altura de la cabeza y detrás (1), y al finalizarlo, la mano quedará totalmente extendida indicando el lugar donde se ha pasado el balón.

La pierna correspondiente a la mano del pase estará retrasada en el momento de ejecutar el pase; la pierna retrasada sobrepasa a la adelantada una vez que el balón ha salido de sus manos.



PASE CON DOS MANOS:

El pase con dos manos se debe realizar siempre a poca distancia, ya que es menor la distancia que se alcanza con este tipo de pase.

Se ejecuta mejor cuando el jugador posee un buen equilibrio y está de frente a la dirección hacia donde quiere dirigir el pase.

El pase se inicia con una buena posición base del jugador (cuerpo perfectamente equilibrado) y se coloca el balón en una posición más bien elevada. La correcta posición de las manos sobre el balón exige que éstas estén extendidas sobre el eje superior del balón y li--

...///...

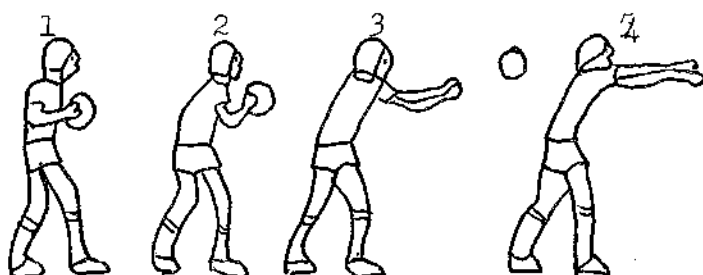
...///...

geramente hacia atrás. Con las muñecas enderezadas, todos los dedos señalan la dirección; menos los pulgares que están dirigidos hacia dentro y están en la parte trasera del balón. Las palmas dirigidas al suelo. El tacto de los dedos más el movimiento de resorte de la muñeca, añadido todo ello a la acción de extender los brazos (movimiento de biela abajo-arriba-afuera), proporciona el impulso que envía el balón en línea recta al receptor. Los brazos deben quedar extendidos en esa dirección, la del balón lanzado. Los dedos pulgares deben quedar mirando al suelo y hacia dentro, mientras las palmas de las manos miran hacia abajo.

Cuando el balón lo lanzamos al frente, se puede adelantar cualquier pierna para acompañar al balón, pero nunca tocar el suelo si el balón no ha salido, pues se cometería "pasos".

Si pasamos hacia la derecha, debemos adelantar la pierna del mismo lado, al contrario si se hace a la izquierda.

Los dibujos siguientes muestran como se debe realizar un pase con dos manos.

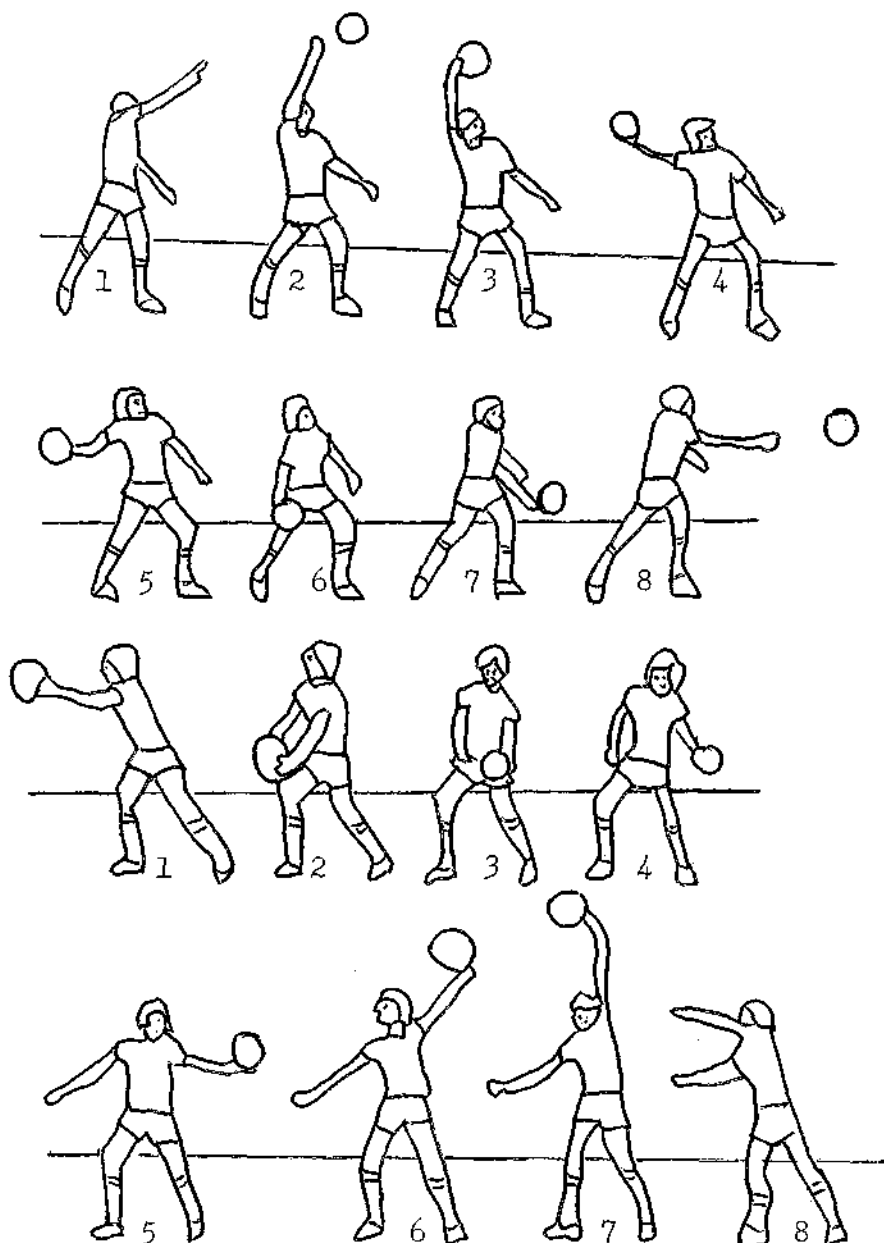


...///...

PASE EN CIRCUNFERENCIA:

Este tipo de pase, que se hace con una mano, tiene una gran importancia a la hora de darle rapidez al juego; por esa razón este tipo de pases debe ser entrenado con frecuencia y su técnica conocida por todo jugador. La recepción del balón en este pase se hace con una sola mano, que hace de amortiguador y sin que pierda el balón su fuerza se hace un movimiento de circunferencia con el brazo extendido, empezando por arriba, o por abajo, según de donde lo recibamos, para que una vez terminado el movimiento el balón salga despedido en la dirección deseada.

Las figuras siguientes muestran este tipo de pase.



a-2-3.- Media distancia y lejos, tiro de penalty y entradas.

Comparándolo con un deporte que es semejante, como es el Baloncesto, los tiros de Balonkorf requieren una precisión muy alta, ya que las canastas están muy elevadas y no poseen tablero para apoyarse en él para efectuar el tiro.

Al encontrarse la canasta aproximadamente en el centro de cada cuadro (1/3 de la línea de fondo con respecto a la línea media del campo) los tiros se podrán efectuar desde cualquier posición, siempre que se realicen dentro del campo correspondiente.

Los tiros en Balonkorf, se realizan casi siempre con las dos manos, por tener que ensayar desde muy lejos y estar la canasta tan elevada. Esto no implica que no se pueda realizar el tiro con una sola mano, como se hará la experiencia, pero al venir este deporte a España venía con esa característica y no se ha intentado cambiar. No obstante, hay jugadores que el tiro con una mano, como se utiliza en Baloncesto, suelen practicarlo pero son muy aislados.

Actualmente en las zonas donde más se practica el Balonkorf en España, Costa del Sol y algunos otros puntos, los tiros más usuales los podemos dividir en:

- Tiro de lejos y media distancia.
- Tiro de penalty.
- Entradas.

TIRO DE LEJOS Y MEDIA DISTANCIA:

No hay duda que para conseguir tantos, que es uno de los objetivos de un partido, la precisión en el

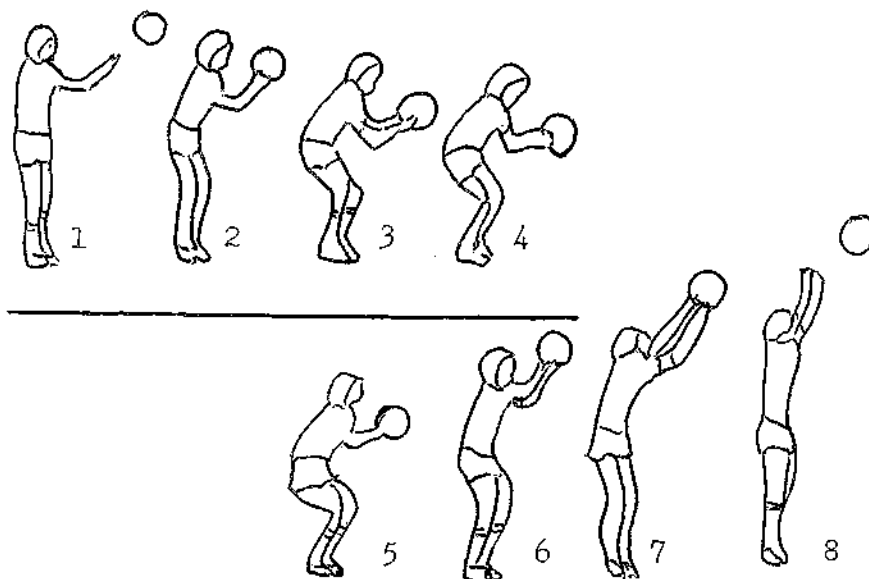
tiro, tanto de lejos como de media distancia, es de gran importancia.

Para conseguir un buen tiro, es necesario tener muy en cuenta que el cuerpo debe estar flexionado, debe mirarse fijamente a la canasta y los brazos deben lanzarse totalmente extendidos en dirección a la misma.

El balón debe seguir una trayectoria en parábola, lo suficientemente alta para que, en su descenso, encuentre la mayor superficie de entrada a la canasta.

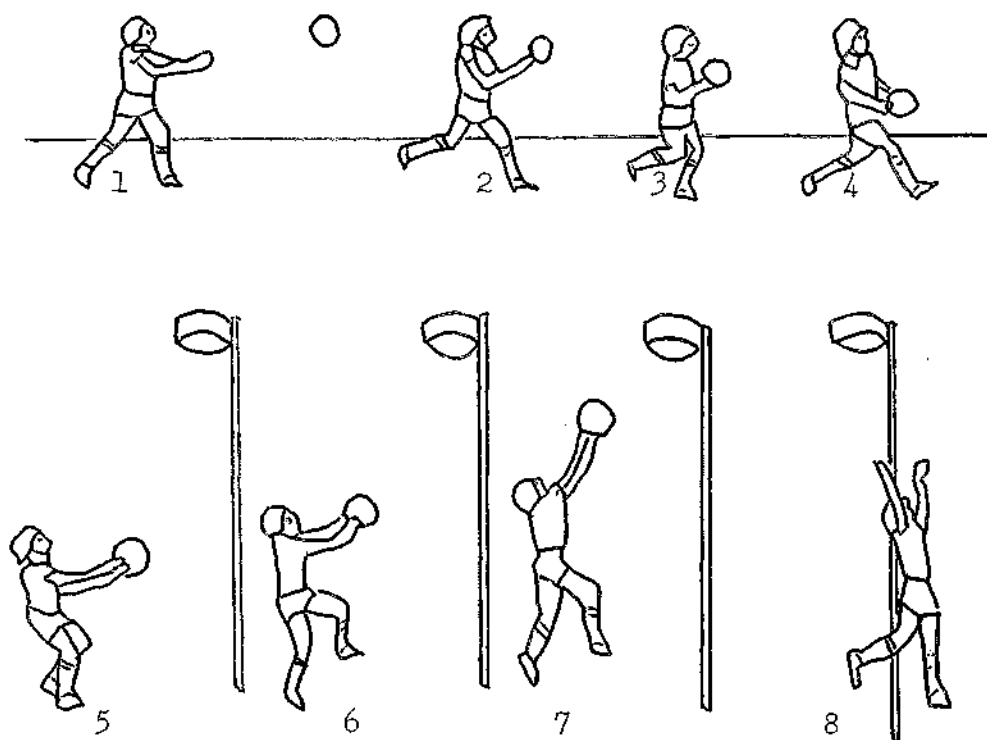
El jugador que efectúa un tiro de lejos, debe tener muy en cuenta que si importante es conseguir un tanto, también lo es que en caso de fallar, su equipo no pierda la posesión del balón; por eso, antes de lanzar, deberá asegurarse que algún compañero se encuentre en posición de recoger un posible rebote.

En los siguientes dibujos se puede ver la técnica del tiro de lejos.



LA ENTRADA:

Es una de las acciones técnicas que el jugador de Balonkorf debe llegar a conocer y dominar a la perfección. Consiste en escapar de su contrario, lanzándose



ENTRADA

rápidamente hacia la canasta, para que el compañero en posesión del balón lance éste, una vez que el compañero se encuentre cerca de ella; en ese momento, el compañero lanza el balón, y el jugador en carrera salta y lanza el balón a canasta.

Es necesario tener muy en cuenta que en el momento de recibir el balón no se puede dar ningún paso con él, hay que saltar, subir los brazos y al mismo tiempo se extienden totalmente para soltar el balón en el último momento.

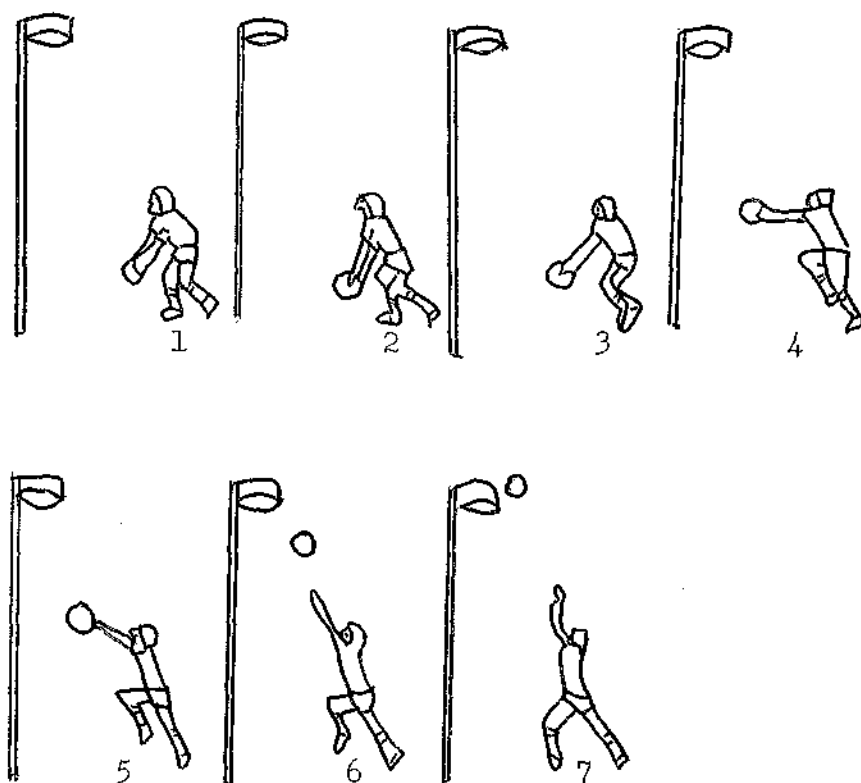
Los anteriores dibujos dan una idea de como se realiza una entrada.

EL PENALTY:

El penalty es el máximo castigo con el que se sanciona un equipo, por tanto, debe ser la ocasión para marcar un tanto seguro.

La forma de efectuar el penalty esta representada en los siguientes grabados.

...///...



TIRO DE PENALTY

Con una pierna adelantada y el cuerpo encorbado, con el balón, como indica la figura 1, se inicia el salto, extendiendo totalmente los brazos y soltando el balón en el momento en que éstos estén lo más cerca posible de la canasta.

Hay que tener muy en cuenta que hay que concentrarse primero en el tiro, mirar fijamente la canasta y soltar el balón antes de que cualquier parte del cuerpo haya tocado en el suelo, entre el punto de penalty y la canasta.

En la fotografía de la página siguiente, se puede observar al jugador español, Antonio Romero, haciendo un lanzamiento de penalty en el partido celebrado contra Holanda en el 75 Aniversario de la Federación

...///...

Holandesa de Balonkorf. Podemos observar la gran concentración del jugador al lanzar el castigo.



b) Técnica del tiro con una mano de Baloncesto.-

b-1.- Características del lanzamiento para un buen tiro.

b-2.- Tiro de personal.

Para realizar la experiencia de las dos modalidades de tiro, fué necesario el aprendizaje de ambas, con las mismas posibilidades para ambos. Para ello se impartieron las mismas clases prácticas, tanto para el aprendizaje de un tiro como de otro, cuatro en total, dos para cada modalidad.

Para el aprendizaje del tiro con una mano de Baloncesto se utilizaron dos clases, y en ellas se hicieron toda clase de ejercicios y ensayos para su mejor ejecución. Se explicaron las características para un buen tiro y se hizo incapie en el tiro de personal.

b-1.- Características para un buen tiro:

- Suavidad: La velocidad del balón en el aire no debe ser muy grande. Si el lanzamiento no logra canasta, el balón no debe caer lejos del aro.
- Efecto: El balón, al ser lanzado, da vueltas hacia atrás. La importancia de este punto radica en que todos los lanzamientos se realizan con los dedos, la parte del cuerpo con mayor precisión.
- Altura: La trayectoria del balón debe ser una parábola de altura media, de forma que el ángulo de caída sea suficiente para que el balón entre en el aro.
Si el arco que describe el balón tiene poca altura, el ángulo de caída es pequeño y el balón no entra.

...///...

...///...

Si el arco que describe el balón tiene excesiva altura, el balón recorre una distancia demasiado grande y se pierde precisión en el lanzamiento. Una vez realizado el lanzamiento, la vista está dirigida hacia el aro y no al movimiento del balón.

b-2.- Tiro de personal.-

Es un tiro estático que se realiza en Baloncesto para el tiro de personales.

Para el aprendizaje utilizamos este tiro porque los niños lo asimilarán mejor que el tiro con una mano en suspensión.

La posición inicial es la de triple amenaza, con el pie de la mano de tiro ligeramente adelantado y ambos pies mirando hacia la canasta.

Consta de dos movimientos continuados, pero diferentes, sin que exista parada entre ambos:

- Extensión de las rodillas y subida del balón a la posición de tiro.
- Lanzamiento del balón.

El balón sube desde la posición inicial a la posición de tiro cerca del cuerpo y perpendicularmente al suelo.

La extensión de las rodillas y la subida del balón se realizan simultáneamente, de forma que el balón esté en la posición de tiro coincidiendo con la total extensión de las rodillas.

El lanzamiento se realiza mediante la extensión del codo y la flexión de muñeca y dedos.

...///...

...///...

La mano izquierda sujeta el balón durante todo el movimiento, abandonándolo en el momento anterior al lanzamiento.

El balón sale por los tres dedos centrales quedando el brazo y la mano dirigidos a la canasta.

La enseñanza de este tiro solo la utilizamos para la mano dominante.

En el aprendizaje, este tiro se ha realizado desde todas las posiciones y a diferentes distancias, para acostumar a los alumnos a las distancias propias del Balonkorf.

c) Táctica del Balonkorf.-

- c-1. Situaciones y misiones que tienen que desempeñar los jugadores en el campo.
- c-2. Fundamentos tácticos de los jugadores en ataque.
- c-3. Fundamentos tácticos de los jugadores en defensa.
- c-4. Ejemplos de jugadas en ataque.

Era imprescindible, antes de dar comienzo los encuentros que se realizarían, el explicar a los jugadores/ras, algunas formas de proceder en ataque para conseguir tantos. A todos los participantes, además de proyectarles una película de Balonkorf dos veces, se les inició en algunas tácticas, las más usuales y simples, para que de alguna manera le fueran útiles a la hora de jugar los partidos.

c-1.-Situaciones y misiones que tienen que desarrollar los jugadores en el campo.

Los jugadores se distribuyen en el terreno de juego igualmente, cuatro en cada parcela, sin poder salir de ella a menos que se hayan conseguido dos tantos sumados los de ambos equipos; en ese momento, los jugadores ofensivos, y defensivos se cambian de lugar, pasando cada uno a la posición contraria a la que desempeñaban. Por esa razón los jugadores de Balonkorf, tienen que conocer las tácticas de juego, tanto en ataque como en defensa.

No debemos olvidar que tanto en ataque como en defensa, las dos chicas/os que atacan o defienden tienen que hacerlo siempre sobre una/o de su mismo sexo, pero pudiendo cambiar dentro del mismo sexo.

c-1-1. En zona activa.

Las posiciones que deben adoptar, los jugadores en ataque, generalmente, deben tender a ocupar la parte más próxima a las líneas que delimitan el campo de juego, pa-

...///...

...///...

ra tener la zona central libre de contrarios para la posible entrada o pase al compañero desmarcado.

Normalmente, de los dos más próximos a la línea divisoria de las zonas, uno de ellos suele llevar la iniciativa del ataque, y el otro ayudará a éste para que pueda tomar las posiciones más ventajosas que el crea oportunas. Los más próximos a la canasta se reparten las misiones de "base", cuya principal característica consiste en servir de punto de apoyo al jugador que lleva la iniciativa, para que el tiro lo realice lo más cerca posible y sea así más efectivo. El cuarto jugador se encargará de llevar la iniciativa sobre su marcador para intentar atrapar los rebotes que se pueden producir durante el ataque.

Estas misiones suelen ser rotativas y no se discrimina la diferencia de sexo. No obstante, la iniciativa, la puede llevar cualquier jugador de ataque, y tratará de ubicarse en la zona más amplia, para así poder realizar después las diferentes acciones.

Mientras los atacantes hacen las acciones propias ofensivas, los defensores tendrán una función que depende de las acciones ofensivas, pues lo que debe de conseguir la defensa es apropiarse del balón para entregar a sus atacantes.

c-1-2. En zona pasiva.

Tanto unos como otros esperarán a que el balón traspase la línea media para ser jugado. Los defensores deberán estar prestos a recibir algún balón perdido, para volver a lanzarlo a la zona ofensiva, o bien para ser--

...///...

...///...

vir de apoyo a un jugador atacante que vea en él alguna posibilidad para realizar una entrada o un desmarque. Estos estarán siempre detrás de la línea media, por lo antes mencionado, mientras los atacantes intentarán obtener posiciones ventajosas para el posible pase de los compañeros en defensa que han logrado arrebatarse el balón a los contrarios.

c-2. Fundamentos tácticos de los jugadores en ataque.

En ataque hay unos principios fundamentales que todo jugador debe saber:

- Un jugador debe saber en todo momento la posición en el ataque de todos los compañeros, para poder sacar el mayor rendimiento del cuadro.
- Cuando el balón lo tiene un jugador debajo de la canasta, debe quedarse con él para obligar al resto de sus compañeros a realizar una entrada o un engaño.
- Cada cuadro debe tener entrenado uno o varios sistemas de rotación para cuando estén atacando.
- Cuando un jugador tiene el balón debajo de la canasta, los otros tres jugadores deben de estar moviéndose para obligar a la defensa a seguirlos.

c-3. Fundamentos tácticos de los jugadores en defensa.

Como antes hemos mencionado, la defensa, en principio, está sujeta a las acciones ofensivas; no obstante todo defensor debe de tener en mente unas acciones tácticas para intentar apoderarse del balón una vez que el contrario no consiga el tanto, o robarlo en pases de contrarios. Estas acciones podemos resumirlas en las siguientes:

...///...

- El defensor tiene que seguir al atacante de manera que siempre haya una presión de la defensa.
- Los atacantes tienen que tener la impresión de que es difícil o imposible pasarse el balón entre ellos; por este motivo el ritmo de ataque va a ser lento. Los atacantes estarán nerviosos e inseguros, por eso sólo les será posible pasarse el balón en el espacio, lejos de la canasta.
- Los defensores no tienen que limitarse solamente a seguir a su contrario, sino que también tienen que tener presente los siguientes puntos:
 - 1) Tienen que hacer difícil el pase entre los atacantes.
 - 2) Procurar que solo puedan pasar en espacios lejos de la canasta.
 - 3) Los defensores deben saber en todo momento donde se encuentra el balón.
 - 4) Los defensores deben de procurar anticiparse a los pases atacantes.
 - 5) La defensa debe ser un trabajo de conjunto; por este motivo los alrededores de la canasta deben estar bien vigilados.

Para conseguir ésto hay que seguir algunos pasos:

- a) Intentar conseguir que los atacantes no pasen el balón en la zona próxima a la canasta.

En la práctica, quiere decir que los defensores que están próximos a la canasta se ponen delante de los atacantes.

- b) Seguir a tu contrario de manera que sea difícil que le pasen el balón cerca de la canasta. Para ello hay

que procurar llevarselo hasta las líneas.

- c) Intentar siempre ver el balón, pero sin perder de vista al contrario.

En la práctica quiere decir que debemos tener una posición flexible para cada movimiento. La posición de los pies debe ser cambiada continuamente.

- d) Los defensores deben darse seguridad entre ellos tanto en el aire como en la espalda. Cuando el atacante está lejos de la canasta, es posible defender en el espacio para ocupar la parte del campo donde los compañeros del atacante buscan la libertad. Para defender en la espalda, hay que tomar muchas precauciones; una de ellas es que tu compañero tiene que ir a marcar a tu atacante cuando a ti se te escapa.


Los defensores pasan a llevar la iniciativa cuando se dice la palabra "cambio" (que quiere decir que el balón lo tenemos en nuestro poder) y debemos de tratar pasar el balón a la zona de nuestro ataque, y éste debe llegar con las máximas garantías de seguridad. Para ello cuando se oye dicha palabra todos los defensores buscarán los espacios libres para desmarcarse y así poder ayudar al compañero que tiene el balón. Lo más práctico es pasarlo a un compañero que vaya corriendo paralelo a tí y recto a la línea divisoria, para así tardar menos tiempo en pasar el balón, esto siempre que se puedan desmarcar ambos. Desde aquí se inicia el ataque y es por ello que se puede decir que aquí nace el ataque.

c-4.- Ejemplos de jugadas en ataque.

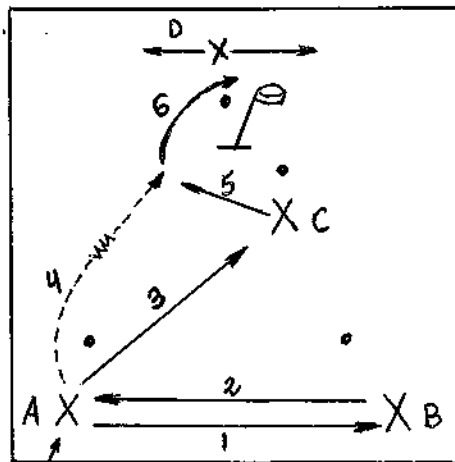
Conociendo los fundamentos y misiones de los juga--

...///...

dores en el cuadro correspondiente, paso a explicar brevemente algunas de las tácticas más usuales en Balonkorf.

—————→	Desplazamiento balón.
- - - - -→	Desplazamiento jugador.
—————  —————→	Finta o engaño.
X	Jugador atacante.
•	Jugador en defensa.

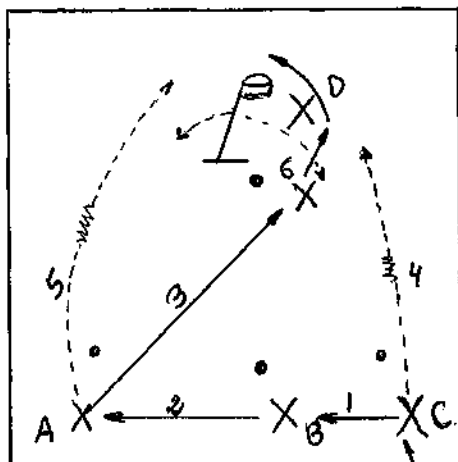
Una de las primeras jugadas utilizadas en los primeros tiempos del Balonkorf en España, y que su característica principal es la utilización de un base fijo, la expondré en primer lugar, por ser la utilizada en esos primeros años.



1) A y B próximos a la línea divisoria, C (jugador que sirve de punto de apoyo, base) y D jugador que espera el rebote.

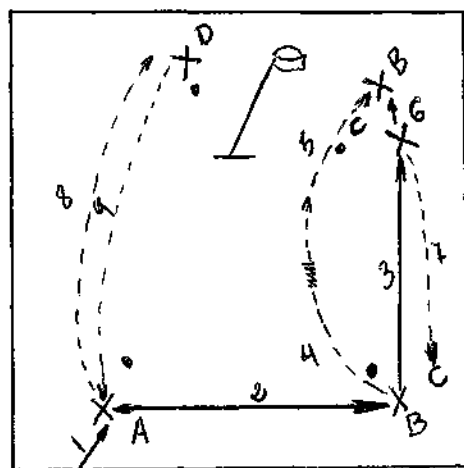
El jugador A ha recibido el balón de la defensa, lleva la iniciativa, pasa a B para intentar una mejor posición. B pasa de nuevo a A; una vez que A ha conseguido su propósito, A pasa a C y hace una entrada o un engaño e intenta recibir la pelota de C para el tiro.

...///...



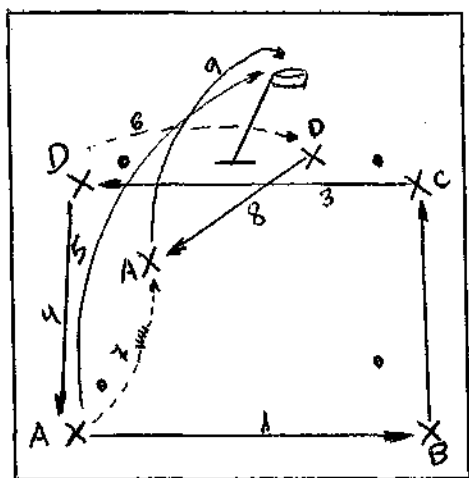
2) Tres jugadores cerca de la línea divisoria, que son A,B,C; El jugador D está en las cercanías de la canasta, haciendo desplazamientos cerca de la canasta.

C inicia la jugada pasando a B; éste a A, que hace dos funciones: una pasar el balón a D, que es el base para que C haga una entrada o engaño para tirar a canasta, y la otra, hacer un amago y dirigirse a la parte del fondo del campo, para intentar recoger el posible rebote.



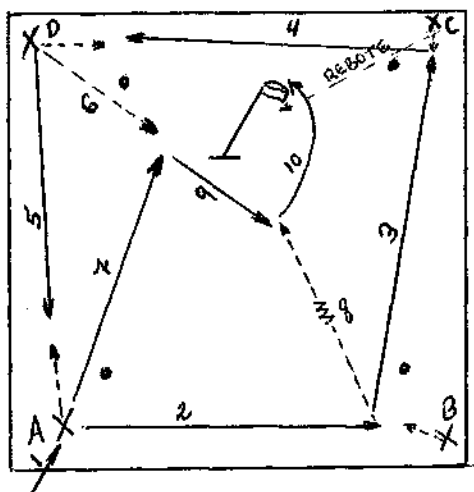
3) Los jugadores A y B están situados cerca de la línea divisoria, C está en la línea perpendicular de la canasta a las dos bandas, y D ocupa la parte comprendida entre la línea de fondo y la perpendicular de la canasta a las bandas. El jugador A es el que ha recibido la pelota de la zona de defensa, pero al verse su defensor más rápido, pasa la iniciativa de la jugada al jugador B, que pasando a C, trata de hacer una entrada o tiro.

C devolvería el balón a B e iría a la parte cercana a la línea divisoria, B pasaría a la situación que antes ocupaba C, y A iría a ocupar la zona de D. Esto podría ser un sistema de rotación.



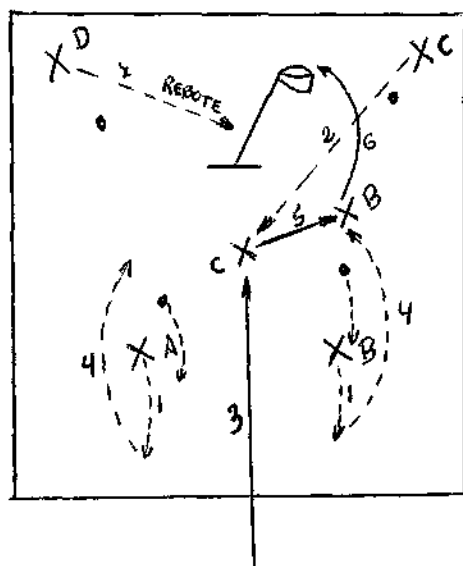
4) Los jugadores A y B están situados cerca de la línea divisoria y de las líneas de banda, C y D están a ambos lados de la canasta en línea con A y B; después de pasar la pelota entre ellos, A por ejemplo efectúa un tiro de lejos. Entonces D se escapa de su marcador para recoger un posible rebote. Cuando la jugada no ha dado fruto, A intenta entrar o aproximarse todo lo que pueda a la canasta, para recibir de D y efectuar otro disparo.

5) A, B, C y D, están situados en los ángulos de las zonas de ataque, estos jugadores tratan de aproximarse al compañero que le va a hacer entrega del balón para que no haya tanta distancia;



el sentido del balón será único Comenzando en A, iría a B, éste a C, C a D, D a A, D se aproxima a la canasta para recibir de A y B; cuando A tiene el balón comienza a hacer desplazamientos para desmarcarse y poder entrar o tirar a canasta, recibiendo el balón de D.

6) Cuando los defensores presionan , mucho, los jugadores atacantes A y B están situados a una distancia no inferior a cuatro metros de la línea divisoria y C y D estarán situados próximos a los ángulos que forman los laterales con las líneas de fondo; cuando los defensores tratan de pasar el balón a la zona atacante, A y B se aproximan a la línea divisoria, C pasa a ocupar la zona delantera de la canasta, haciendo de base, y es quien recibe el balón. A y B, al tener los defensores muy cerca, pueden deshacerse de ellos con mucha facilidad, haciendo un cambio de sentido rápido. D ocupa la parte posterior de la canasta en espera de un posible rebote.



CAPITULO VI

TEST DE TIROS; PARTIDOS DE BALONKORF.-

- a) Test de tiros y resultados.
- b) Partidos de Balonkorf con uno y otro tiro.

a) Una vez, hechos los grupos, de acuerdo con los resultados obtenidos, me dispuse a trabajar en el punto que considero más importante y que trata de averiguar en este grupo de alumnos cual de los dos tiros es más efectivo, dependiendo de las distancias a las que se ejecute. Para poder comprobar lo anterior, fue preciso someter a todos los alumnos a unos test de tiros, de las dos modalidades, y de los resultados sacar conclusiones sobre el grupo en el cual se ha trabajado.

Todos los tiro, de las dos modalidades, se ejecutaron sobre la canasta de Balonkorf, utilizándose varias distancias para ello, 5 y 10 m. Los cuadros que en las páginas siguientes se detallan son los resultados obtenidos en los diferentes ensayos que se realizaron. Las distancias que se utilizaron, así como el número de ensayos tanto en niñas como en niños es el que sigue:

NIÑAS.

100 tiros "Balonkorf" desde 5 metros.
100 tiros " " " "
100 tiros "Baloncesto" " " "
100 tiros " " " "

NIÑOS.

100 tiros "Balonkorf" desde 10 metros.
100 tiros "Baloncesto" " " "
100 tiros "Balonkorf" " 5 "
100 tiros "Baloncesto" " " "

...///...

...///...

En un principio se intentó trabajar con los dos sexos en las mismas distancias, pero en niñas, las distancias de diez metros eran imposibles, por carecer de la suficiente fuerza, aunque cuando realizaron tiro de modalidad Balonkorf se acercaban más a canasta. En las niñas al final solamente se trabajó con las distancias de cinco metros.

Las técnicas en cada uno de los tiros, las ensayaron en clases anteriores como se explica en el capítulo anterior.

Para esta experiencia se contó con material suficiente como para que los alumnos no se aburriesen, y claro está los tiros se hicieron en diferentes clases para no caer en la monotonía y perder interés el estudio. Estos ensayos, se hacían en bloque de cincuenta tiros, y así al principio de clase se les podía explicar un poco el tiro de las dos modalidades y un poco el juego de Balonkorf.

Las canasta, durante los ensayos, se colocaban en el mismo sitio, y se trazó una línea 10 metros y otra a 5, la cual no podían sobrepasar al efectuar el tiro.

Todos los ensayos, tanto "Balonkorf" como "Baloncesto", se hacían con los pies en el suelo. Si algún ejecutante lo hacía en suspensión el tiro había de repetirse.

El material que se utilizó, fue el siguiente:

- Dos canastas reglamentarias de "Balonkorf" 3,50 altas.
- Diez balones reglamentarios, seis para niñas y 4 para niños.

Todo el material se adquirió para el trabajo que aquí se desarrolla.

A continuación se pueden observar los cuadros, con las distancias y aciertos de los participantes.

	BALOK.5m.		BALOK.5m.		BALOC.5m.		BALOC.5m.	
	TIROS	ACI	TIROS	ACI	TIROS	ACI	TIROS	ACI
1	100	20	100	20	100	36	100	20
2	"	8	"	8	"	5	"	4
3	"	2	"	2	"	4	"	3
4	"	12	"	15	"	20	"	19
5	"	5	"	8	"	6	"	7
6	"	12	"	13	"	3	"	6
7	"	7	"	5	"	10	"	8
8	"	16	"	15	"	8	"	11
9	"	10	"	9	"	5	"	12
10	"	11	"	13	"	15	"	18
11	"	32	"	19	"	16	"	17
12	"	13	"	19	"	18	"	13
13	"	14	"	10	"	16	"	21
14	"	3	"	2	"	12	"	9
15	"	12	"	6	"	12	"	10
16	"	17	"	23	"	24	"	28
17	"	7	"	5	"	4	"	9
18	"	16	"	14	"	25	"	21
19	"	6	"	3	"	8	"	6
20	"	7	"	4	"	("	11
<u>TOTAL</u>	<u>2.000</u>	<u>230</u>	<u>2.000</u>	<u>213</u>	<u>2.000</u>	<u>256</u>	<u>2.000</u>	<u>253</u>

	BALONK.10m		BALOC.10m.		BALOK. 5m.		BALOC.5m.	
	TIROS	ACI	TIROS	ACI	TIROS	ACI	TIROS	ACI
1	100	4	100	2	100	7	100	28
2	"	2	"	4	"	15	"	20
3	"	8	"	12	"	8	"	32
4	"	12	"	12	"	10	"	24
5	"	2	"	12	"	12	"	24
6	"	8	"	4	"	20	"	20
7	"	3	"	4	"	12	"	17
8	"	6	"	10	"	9	"	12
9	"	11	"	12	"	27	"	21
10	"	8	"	5	"	16	"	28
11	"	6	"	5	"	14	"	21
12	"	12	"	12	"	16	"	18
13	"	8	"	4	"	8	"	12
14	"	8	"	7	"	12	"	19
TOTAL	1.400	98	1.400	105	1.400	186	1.400	296

Una vez con los cuadros de aciertos, así como los tiros realizados por los alumnos, se realizaron los cuadros que a continuación, páginas siguientes, se detallan y en los que se relacionan los aciertos con las notas medias obtenidas por los participantes en este estudio.

Como se puede comprobar los aciertos, casi siempre son proporcionales a las notas de los test realizados y en un tanto por ciento muy bajo, lo anterior no es significativo.

En estos cuadros se han usado las siguientes abreviaturas:

--Nº.- Número del participante.

--BALK.- "Balonkorf".

--BALC.- "Baloncesto".

...///...

Tanto por ciento y nota media de las alumnas, el tanto por ciento se entiende, de aciertos de ensayos efectuados.

Nº	BALK, 5m	BALK. 5m.	BALOC. 5m.	BALOC. 5m.	Nota Media
1	20	20	36	20	7,86
2	8	8	5	4	3,09
3	2	2	4	3	4,68
4	12	15	20	19	5,59
5	5	8	6	7	4,36
6	12	13	3	6	4,63
7	7	5	10	8	4,50
8	16	15	8	11	6,22
9	10	9	5	12	4,54
10	11	13	15	18	5,36
11	32	19	16	17	8,18
12	13	19	18	13	6,54
13	14	10	16	21	6,50
14	3	2	12	9	4,81
15	12	6	12	10	3,90
16	17	23	24	28	7,54
17	7	5	4	9	4,45
18	16	14	25	21	7,72
19	6	3	8	6	4,27
20	7	4	9	11	4,86

Tanto por ciento de aciertos y nota media del alumno.

Nº	% BALK.10	% BALO.10	% BALOK.5m.	% BALOC.5m.	Nota Media
1	4	2	7	28	3,77
2	2	4	15	20	4,77
3	8	12	8	32	5,91
4	12	12	10	24	6,50
5	2	12	12	24	3,82
6	8	4	20	20	5,73
7	3	4	12	17	4,91
8	6	10	9	12	4,13
9	11	12	27	21	6,54
10	8	5	16	28	5,36
11	6	5	14	21	5,13
12	12	12	16	18	6,50
13	8	4	8	12	4,28
14	8	7	12	19	6,31

b) Una vez terminado el trabajo de tiros sin oposición, se iniciaron una serie de encuentros de "Balonkorf", diez en total, en los cuales se enfrentaron los grupos "A" y "B".

Los encuentros se efectuaban en clase de E.F., y tenían una duración de 40 m. , dos tiempos de 20 m., Cada grupo durante estos diez encuentros efectuó el tiro solamente de una modalidad, así el "A", efectuaba el tiro de Baloncesto con una mano y el "B" el de Balonkorf con dos manos. Solamente se ejercitaban en ese tiro y no podían (y no podían) efectuar el otro en el transcurso del encuentro.

Las alineaciones de estos partidos se hacían de acuerdo con las notas obtenidas en el test inicial, y siempre se intentó alinear a jugadores de idénticas o similares notas, para que sobre el papel no hubiera superioridad en ninguno de los equipos.

De los diez partidos celebrados, solamente en cinco se alinearon los mismos jugadores, o sea , los de mejores notas en los dos grupos, cuatro niños y cuatro niñas por cada equipo. En otros tres partidos hubo un cambio por cada equipo y en los dos encuentros restantes se hicieron dos cambios en cada equipo.

Las alineaciones y resultados de los diez encuentros fueron los siguientes:

<u>GRUPO "A"</u>		<u>GRUPO "B"</u>	
<u>nº</u>	<u>nota.</u>	<u>nº</u>	<u>nota.</u>
11	8,18	1	7,86
16	7,54	18	7,72
13	6,50	12	6,54
8	6,22	4	5,59

...///...

...///...

<u>nº</u>	<u>nota.</u>	<u>nº</u>	<u>nota.</u>
12	6,50 (niños)	9	6,54 (niños)
14	6,31	4	6,50
3	5,91	6	5,73
10	5,36	11	5,13

Encuentros 1º, 2º, 3º, 6º y 7º, alineación anterior, siendo los resultados:

PRIMERO.

"A" (Baloncesto) 7; "B" (Balonkorf) 4.

SEGUNDO.

"A" (Baloncesto) 6; "B" (Balonkorf) 4.

TERCERO.

"A" (Baloncesto) 7; "B" (Balonkorf) 6.

SEXTO.

"A" (Baloncesto) 4; "B" (Balonkorf) 4.

SEPTIMO.

"A" (Baloncesto) 9; "B" (Balonkorf) 6.

Encuentros 4º, 8º y 10º, un cambio en cada grupo.

GRUPO "A", el nº 10 por el nº 7, con nota de 4,91.

GRUPO "B", el nº 11 por el nº 8, con nota de 4,13.

Resultados de estos tres encuentros:

CUARTO.

"A" (Baloncesto) 6; "B" (Balonkorf) 3.

OCTAVO.

"A" (Baloncesto) 5; "B" (Balonkorf) 4.

DECIMO.

"A" (Baloncesto) 4; "B" (Balonkorf) 6.

Encuentros 5º y 9º, con dos cambios por equipo.

...///...

...///...

GRUPO "A", 8º y 10º por 7º y 20º con 4,91 y 4,86 respectivamente.

GRUPO "B", 11º y 4º por 8º y 10º con 4,13 y 5,36 respectivamente.

Resultados de estos dos encuentros:

QUINTO.

"A" (Baloncesto) 4; "B" (Balonkorf) 3.

NOVENO.

"A" (Baloncesto) 5; "B" (Balonkorf) 4.

CAPITULO VII

CONCLUSIONES.-

Una vez realizados todos los test físicos, con los cuales obtuvimos los grupos referidos A y B, los test de tiro y los partidos que en un principio expusimos, expondré las conclusiones derivadas del proceso anterior, especificando siempre que todos los resultados a este grupo concreto de trabajo. Sería preciso más tiempo, mayor número de experiencias y sobre todo una muestra má numerosa para profundizar en el tema y extraer conclusiones más sólidas.

En un principio se puso como objetivo principal la efectividad del tiro de Baloncesto con una mano y la del tiro de Balonkorf con las dos en el deporte que nos ocupa. Por otra parte era necesario estudiar el tema desde dos condiciones distintas: una en situación de ensayo sin oposición, es decir, tirando libremente, otra en situación de ensayo con oposición, es decir, jugando partidos. Este ha sido el objetivo perseguido y para el cual se ha trabajado. A modo de conclusiones paralelas, se han relacionado los aciertos totales en los ensayos realizados por cada alumno con las notas medias obtenidas en los test. De esta manera se demuestra en este grupo que hay una relación directa entre las buenas cualidades físicas y los mejores anotadores, aunque la correlación no es alta.

La primera parte del trabajo ha consistido en calificar a los alumnos por medio de los test físicos, funcionales, etc. Se ha tenido muy en cuenta la aplicación de un mismo criterio en la calificación y agrupación homogénea de

...///...

...///...

de los alumnos a la hora de disputar los encuentros previstos.

En la segunda parte perseguimos el adiestramiento técnico en ambos tiros, antes de la realización de los test de medida de dicha habilidad. También se inició el aprendizaje del reglamento, técnicas y tácticas del Balonkorf, previos a la realización de los encuentros.

A continuación los resultados de los test de tiro que se practicaron en la experiencia, niñas y niños:

NIÑAS:

Tiro de Balonkorf con dos manos.

Distancia: 5 metros.

Ensayos: 4.000.

Aciertos: 443.

Tiro de Baloncesto con una mano.

Distancia: 5 metros.

Ensayos: 4.000.

Aciertos: 509.

Como puede apreciarse la efectividad en este grupo concreto de trabajo ha sido favorable al tiro de Baloncesto, en 66 aciertos más. La diferencia, aunque no muy clara, prueba la efectividad del tiro de Baloncesto en Balonkorf bajo condiciones de ensayo sin oposición.

Con los niños se utilizaron dos distancias, 5 y 10 metros. siendo los resultados los siguientes:

NIÑOS:

Tiro de Balonkorf con dos manos.

Distancia: 10 m.

Ensayos: 1.400.

Aciertos: 98.

Distancia: 5 m.

Ensayos: 1.400.

Aciertos: 186.

...///...

...///...

Tiro de Baloncesto con una mano.

Distancia: 10 m.

Ensayos: 1.400.

Aciertos: 105.

Distancia: 5 m.

Ensayos: 1.400.

Aciertos: 296.

Como puede observarse la efectividad en la distancia de 10 metros, es similar, ya que la diferencia de 7 (siete) aciertos no es significativa.

No puede decirse lo mismo en el tiro desde la distancia de 5 metros, al existir una diferencia a favor del tiro de Baloncesto, en 110 más. Es significativo que el tiro de Baloncesto en esta distancia y en el grupo de trabajo en el que se ha realizado esta experiencia sea más efectivo.

Otra parte del trabajo, a los partidos disputados se refiere, encuentros que se han realizado con uno y otro tiro, son los siguientes:

BALONCESTO.

Ganados: OCHO.

Empatados: UNO.

Perdidos: UNO.

BALONKORF.

Ganados: UNO.

Empatados: UNO.

Perdidos: OCHO.

El total de puntos obtenidos en los diez partidos realizados ha sido el siguiente:

BALONCESTO: 57 tantos.

BALONKORF: 44 tantos.

Todos los tantos se consiguieron de tiro, nunca a consecuencia de lanzamientos de penalty.

En este grupo de trabajo, los resultados de las pruebas realizadas son favorables al tiro de Baloncesto. Pero el estudio necesita de más tiempo y sobre todo el hacerlo con un equipo aficionado, pues los marcajes en este grupo no se hacían lo perfectos que uno quisiera. Al no hacer el marcaje bien, los jugadores pueden tirar desde cerca y claro está que el tiro de Baloncesto es muy efectivo. Pero al mar-

...///...

...///...

car más estrechamente obligamos a los contrarios a tirar desde lejos y entoces es donde el tiro de Balonkorf es similar al de Baloncesto.

Yo a los equipos que han participado en la experiencia les aconsejaria que tiraran desde cerca en Baloncesto y desde distancias superiores a los 7 metros con el tiro que quieran de los dos que se han visto.

Como conclusiones paralelas a las anteriores se puede ver en el cuadro de la página siguiente, la relación directamente proporcional que existe entre las puntuaciones obtenidas en los test y los resultados de los ensayos en el tiro. Puede apreciarse una correlación positiva entre aciertos y puntuaciones.

...///...

Nº= Número del participante.

ACIERTO TOTAL T.= Total de aciertos en los ensayos efectuados.

Nº	ACIERTO TOTAL T.	N. MEDIA.
11	84	8,18
1	96	7,86
18	76	7,72
16	92	7,54
12	63	6,54
13	61	6,50
8	50	6,22
4	66	5,59
10	57	5,36
20	31	4,86
14	26	4,81
3	11	4,68
6	34	4,63
9	36	4,54
7	30	4,50
17	25	4,45
5	26	4,36
19	23	4,27
15	40	3,90
2	25	3,09

Nº	ACIERTO TOTAL T.	N. MEDIA.
9	71	6,54
4	58	6,50
12	58	6,50
14	46	6,31
3	60	5,91
6	52	5,73
10	57	5,36
11	46	5,13
7	36	4,91
2	41	4,77
13	32	4,28
8	37	4,13
5	50	3,82
1	41	3,77

CAPITULO VIII

BIBLIOGRAFIA.-

- De tactick van korfbal
 Prof. Dr. Ir. J.P. Mazure.
 Vitgave Koninklijke Nederlandse.
 Korfbalbond Matheunesserlaan 379, Rotterdam 6.
- Dat is Korfbal?
 Technische Commissie van de Koninklijke Nederlandse
 Korfbalbond. 1949-Nijgh-Van Ditmar N.V.
 Rotterdam. S. Gravenhage.
- Korfbal.
 Hans Broers.
 N. Kluwer N.V. Deventer-Antwerpen.
- Aspiranten Training.
 Door Rund Emmerit.
 K.N.K.V.
 Real Federación Holandesa. 1977.
- Pupillen Training.
 Door B. W. J. Crum.
 K.N.K.V.
 Real Federación Holandesa. 1977.
- Senioren Beginners.
 Door K. Mulder.
 K.N.K.V.
 Real Federación Holandesa. 1977.
- Junioren Training.
 Door Rudie Emmerit.
 K.N.K.V.
 Real Federación Holandesa. 1977.

...///...

